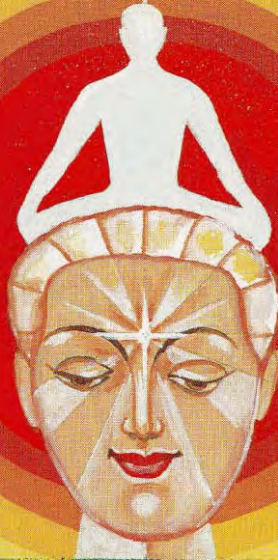


सहज राजयोग, कर्मयोग आणि निर्विकल्प समाधी



सहज राजयोग, कर्मयोग

आणि

निर्विकल्प समाधी



प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय
पांडव भवन, आबू पर्वत

राजस्थान

परमपिता शिव परमात्म्याने प्रजापिता ब्रह्मा
यांच्याद्वारे जे ज्ञान दिले, त्याच्या आधारे
हे पुस्तक लिहिण्यात आले आहे.



प्रकाशक - मराठी साहित्य विभाग

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय

'इंद्रप्रस्थ' - ८ अ वसंत नगर

नागपूर - ४४००२२

दूरध्वनि - २२५९५५, २२५७४६

योगाभ्यासाद्वारे पवित्रता आणि शांती

सांप्रत 'योग' या विषयावर अनेक पुस्तके उपलब्ध आहेत. परंतु या पुस्तकात हा विषय आम्ही अगदी सोप्या रीतीने विशद केला आहे. यात ज्या योगाचा उल्लेख आहे त्याचा बोध स्वतः गीता-ज्ञान-दात्याने करून दिला आहे. या योगाचा थोडे दिवस अभ्यास केल्यानेही माणसाची स्थिती अव्यक्त व्हावयास लागते, तो स्वतःला प्रकाशमय व आध्यात्मिक शक्तीने संपन्न अनुभव करू लागतो आणि आनंद तसेच परमशांतीचा रसास्वाद घेऊ लागतो. हा योग आपणस अकर्मण्यता शिकवत नाही तर कर्मासाठी सक्षम व सशक्त बनवितो आणि त्याचबरोबर परमपिता परमात्म्याची अनुभूती करवून देतो.

योगाभिलाषी याद्वारे परमात्म्याकडून पवित्रता व शांतीचे वरदान प्राप्त करतील अशी आशा आहे.

- जगदीश

विषय-सूची

क्र. स.	विषय	पृष्ठ
१.	सहज योग	५
२.	योगाभ्यासाचा सहज विधी	१२
३.	निष्काम कर्म करणेच कर्मयोग आहे का ?	१७
४.	कर्मयोग आणि कर्तव्य पालन	१९
५.	कर्तव्य व अकर्तव्य यांना अलग करणारी रेषा	२६
६.	कर्मयोग आणि निस्संकल्प समाधी	२७
७.	योगाभ्यासूसाठी धारणा	३६
८.	आता भोगीचे कर्मयोगी व्हा	४०
९.	कर्माकडे लक्ष दिल्याशिवाय मन ठीक होऊ शकणार नाही	४४
१०.	योग कठीण असल्याचा बहाणा व्यर्थ आहे	४५
११.	योगाभ्यासात विकल्प व विघ्न	४७

सहज योग

योगाचा विषय हा फारच मधुर विषय आहे. 'योग' हा शब्द ऐकताच माणसाचे मन उडून परमपिता परमात्म्यापाशी पोहोचण्याची कामना करू लागते. योगाद्वारे जो ईश्वरी आनंद मिळतो आणि माणसाच्या मनात जी एक अलौकिक मस्ती चढते, त्याचा अनुभव करण्याची इच्छा बऱ्याच लोकांना होते पण योगाचा सहज व खरा विधी माहीत नसल्याने ते ईश्वरी सुख व प्रेमाचा अनुभव तसेच मनाची खरी शांती यांपासून वंचित राहतात आणि जीवनाचे अनमोल क्षण-व्यर्थ गमावतात.

वास्तविक परमप्रिय परमपिता परमात्म्याला भेटण्याचा अर्थात त्याच्याशी योगयुक्त होण्याचा अधिकार सर्वांनाच आहे व योगयुक्त होणे कठीणही नाही. योगात स्थित होणे आणि जीवनात खऱ्या सुख-शांतीचा अनुभव करणे यासाठी मुख्यता सहा गोष्टी आवश्यक आहेत.

१. निश्चय

ह्या सहा गोष्टींपैकी पहिले स्थान 'निश्चयाला' आहे कारण माणसाचा 'निश्चय' हाच त्याच्या मन, वचन व कर्माचा नेता आहे. माणूस जेव्हा बुद्धीने एखादी वस्तू चांगली वा वाईट असल्याचा निश्चय करतो तेव्हा त्याचे मन ती मिळविण्याचा वा सोडण्याचा विचार करित राहते आणि दोहोंपैकी एक विचार पक्का करून तो कर्म वा पुरुषार्थही करतो. म्हणून योगाभ्यास अर्थात मन ईश्वराकडे लावणे तेव्हाच शक्य होईल जेव्हा माणूस योगी जीवन हेच आपले लक्ष्य निश्चित करील, परमात्म्याच्या ध्यानात मग्न होण्याच्या पुरुषार्थालाच आपला पुरुषार्थ निश्चित करील आणि स्वतःला अब्यक्त आत्मा निश्चित करील. अनुभवाच्या आधारे असे म्हणता येईल की, ज्या माणसाला निम्नलिखित दोन गोष्टींचा निश्चय होईल तोच योगी होऊ शकेल किंवा त्याचा योगाभ्यास सोयीने व निर्विघ्नपणे तसेच निरंतर ठीक चालू राहील.

(क) विषय-विकारयुक्त जीवनात खरे सुख नाही

सर्वप्रथम माणसाला हा निश्चय व्हावयास हवा की, भोगी जीवन किंवा विकारी जीवन (काम, क्रोध, लोभ इत्यादींनी युक्त जीवन) हे काही जीवन नव्हे उलट विकारी जीवन हे नरकमय जीवन आहे, त्याचा प्रत्येक क्षण मृत्यू-तुल्य आहे कारण त्याचा परिणाम मोठा खराब व वाईट आहे. जोपर्यंत लोक विकारयुक्त जीवनालाच जीवन मानून बसलेले आहेत तोपर्यंत ते ईश्वरी आनंदाचा रस घेऊ शकणार नाहीत. म्हणून घर-संसारात राहूनही माणूस जेव्हा हे विकार विष समजू लागतो व हा निश्चय करू लागतो की, विकार हे आदी-मध्य-अंत दुःखदायी आहेत आणि योगच अमृत आहे, प्रभूची स्मृतीच सुखदायी आहे तेव्हाच योगाभ्यासासाठी त्याची भूमिका अनुकूल बनते. जेव्हा माणूस हा निश्चय करतो की, “भोगी व्यक्तीचे जीवन हे रोग व शोकाचे जीवन अथवा क्षणभंगूर व बेचव सुखाचे जीवन आहे म्हणून ह्या विकारांपासून मुक्त होण्याचा पुरुषार्थ मी करेन आणि विषय-वैतरणीत बुडणाऱ्या आपल्या जीवन-नौकेला वाचविण्याचा पुरुषार्थ करेन” तेव्हाच तो योगात प्रगती करू शकतो.

(ख) मी आत्मा आहे, परमपिता परमात्म्याचे संतान आहे

अज्ञानी माणूस स्वतःला ‘देह’ मानून दैहिक संबंधांच्या भानातच राहतो आणि दैहिक माता-पित्यांकडूनच केवळ एखाद्या जन्मापुरताच अल्प संपत्ती वा सुखाचा जन्मसिद्ध अधिकार प्राप्त करतो. पण योगाचा आधारच ‘आत्मा-निश्चय’ आहे. योगी स्वतःला एक ‘आत्मा’ निश्चित करून आणि ‘परमपिता परमात्म्याचे संतान’ निश्चित करूनच अविनाशी ‘सुखशांती किंवा दैवी राज्य-भाग्याचा’ ईश्वरी जन्मसिद्ध अधिकार प्राप्त करतो. नास्तिक माणसाचा परमात्म्याच्या अस्तित्वात निश्चय नसल्याने, तो ईश्वरी आनंदाला पारखा होतो आणि स्वतःलाच शिव किंवा परमात्मा समजणारा मिथ्या-ज्ञानी माणूस परमपिता परमात्म्याकडून जन्मसिद्ध अधिकार घेण्याचा पुरुषार्थच करित नाही. म्हणून योगाभ्यास ज्याचा अर्थच आहे परमात्म्याशी संबंध (connection) जोडणे, तेव्हाच होऊ शकतो जेव्हा आत्मा

व परमात्म्याला अलग-अलग मानून आनंदाचा सागर, शांतीचा सागर, सर्वशक्तिमान तसेच कल्याणकारी परमात्म्याला माता-पिता, बंधू, सखा किंवा शिक्षक व गुरु असल्याचा निश्चय केला जाईल. योगाभ्यासासाठी हा निश्चय आवश्यक आहे.

२. समर्पणमयता

वर दोन्ही गोष्टींत निश्चय असण्याची जी बाब स्पष्ट करण्यात आली आहे, त्याव्यतिरिक्त योगाभ्यासासाठी समर्पणमयतेचीही आवश्यकता आहे. आज तन, मन व धन यांत आसक्ती असल्यानेच माणूस देह व संपत्तीचा अभिमानी आहे. म्हणून जेव्हा तो आपले तन, मन व धन परमात्म्याच्याच हवाली असल्याचे समजतो तेव्हाच तो नष्टोमोहः स्मृतिर्लब्धा होतो अर्थात तेव्हाच त्याची आसक्ती नष्ट होते आणि बुद्धीत परमात्म्याची स्मृती टिकू शकते. जेव्हा माणूस सर्वभावे परमात्म्याला समर्पण होतो तेव्हा परमात्माही त्रैलोक्यासहित त्याला समर्पण होतो. आणि मग माणूस आनंदीत होतो. लोक राजा जनकाचे उदाहरण देत म्हणतात की, जेव्हा त्याने आपले सर्वस्व अष्टावक्राला समर्पित केले तेव्हा त्याचे मन एकाग्र झाले. म्हणून योगाभ्यासाची इच्छा असणाऱ्या गृहस्थाने स्वतःला एक विश्वस्त (Trustee) मानून व सर्वकाही परमात्म्याला अर्पण करून अनासक्त वृत्तीने कर्म करावयास हवे.

जोपर्यंत माणसाची आपल्या बायका-मुलांत, धन-धान्यात, गाडी-बंगल्यात आणि देहात आसक्ती आहे तोपर्यंत तो योगाच्या रसाचा आस्वाद घेऊ शकणार नाही. योगाभ्यासाने आसक्ती नष्ट होते पण आसक्ती मिटविल्यानेच योग ठीक व शक्तिशाली होतो. दोन्ही गोष्टी एकमेकांवर अवलंबून आहेत. म्हणून योगाभ्यासाची इच्छा असणाऱ्या माणसाला हे जाणावयास हवे की, आपल्याला घरदार वा वस्त्रांचा संन्यास करता काम नये उलट त्यांतील आसक्तीचा संन्यास करावयाचा आहे. केवळ तेवढेच करून भागणार नाही तर देहावरील आसक्तीही हटवावयास हवी आणि ही सृष्टीही बुद्धीने विसरावयास हवी आणि त्याऐवजी

परमपिता परमात्म्याशी आपला संबंध जोडावयास हवा आणि मुक्तिधाम तसेच स्वर्गाकडे आपले तोंड वळवावयास हवे.

३. सरलता व समत्व

सरळ मनाचा माणूसच सहजपणे स्वरूप-स्थित होऊ शकतो. सरळ मनाच्या माणसाची बुद्धी उठाठेवीत पडत नाही. म्हणून योगासाठी मनाची सरलता अत्यावश्यक आहे. जो माणूस कुटील आहे, मग तो कितीही बुद्धिमान का असेना, त्याचा योगाभ्यास पूर्णपणे निर्दोष होऊ शकत नाही. सरलतेवरच साहेब (परमात्मा) राजी असतो.

४. आहार-शुद्धी व ब्रह्मचर्य

जो माणूस ब्रह्मचर्याचे पालन करित नाही, त्याच्या स्वभावात समत्व येणे किंवा त्याने स्मृतीत स्थिरावणे फार कठीण आहे. योगाभ्यासाचा अर्थच मुळी परमपवित्र परमात्म्यावर मन एकाग्र करणे व ईश्वरी गुणांचे वा संबंधाचे मनन करणे होय. यावरून स्पष्ट होते की, जो माणूस अपवित्र गोष्टीचा विचार करतो किंवा आसुरी कर्मांचे मनन करतो, तो योग्याच्या लक्ष्याहून विपरीत असेच लक्ष्य बाळगून भोगीच बनण्याचा पुरुषार्थ करतो.

हे निश्चित की, ब्रह्मचर्य-व्रताशिवाय माणसात ना स्मृती स्थिर होऊ शकते वा सहनशीलतेची तसेच समत्वाची भावना येऊ शकते.

परमपिता परमात्म्याच्या भेसळरहित, शुद्ध व अढळ स्मृतीत स्थिती प्राप्त करण्यासाठी माणसाने आपल्या आहारावर विशेषरीत्या ध्यान द्यावयास हवे कारण आहाराचा माणसाच्या विचाराशी फार घनिष्ट संबंध आहे. माणूस जसा आहार घेतो त्याचे तसेच सत्व बनते आणि सात्विक अर्थात पवित्र भोजन केल्यास त्याच्या बुद्धीवरही तसाच प्रभाव पडतो म्हणजे त्याच्या मनाची एकाग्रताही तशाच विषयांवर होते.

५. स्मृती

योग फार कठीण गोष्ट आहे असे बहुतांशी लोक समजतात. पण खरे पाहता स्मृतीच सहज समाधी आहे. जेव्हा जेव्हा मन आपल्या देहाचेही भान विसरून बिंदूसमान ज्योतिस्वरूप परमपिता परमात्म्याच्या स्मृतीत तल्लीन होते तेव्हा मनुष्यात्म्याचा परमपित्याशी योग होतो. 'स्मृती' म्हणजे एखादा मंत्र जपणे किंवा एखाद्या रुपाचे ध्यान करणे असे आमचे म्हणणे नाही, तर सर्वोत्तम गुण असणारा जो परमपिता शिव परमात्मा आहे त्याच्याशी युक्त होणे होय. जितका जितका एखादा माणूस नष्टोमोहः होतो, तितकी तितकी त्याची स्मृती अढळ व अव्यभिचारी अर्थात शुद्ध होते. परमपिता परमात्म्याच्या पवित्र स्मृतीत राहिल्यास आत्मा पवित्र तसेच पावन होतो आणि मुक्तिधाम तथा जीवन्मुक्ति धामात जातो. परमात्म्याच्या स्मृतीत जर अन्य जीवांची वा पदार्थांची स्मृतीही मिश्रित होते तेव्हा त्याचा बुद्धियोग शुद्ध वा अव्यभिचारी न झाल्याने त्याची स्थिती व वृत्तीही अशुद्ध होते आणि गतीही त्यानुसारच होते कारण स्मृतीशीच स्थिती, वृत्ती व कृतीचा संबंध आहे. म्हणून स्मृतीला योग्यरीत्या ईश्वराशी लावल्यास जगाची स्थितीही बदलते.

आपण पाहिले असाल की, जेव्हा एखादा माणूस एखाद्या आजारामुळे किंवा आघातामुळे वा अत्यंत वृद्धावस्थामुळे आपली स्मृती गमावून बसतो तेव्हा तो काहीबाही बडबडू लागतो व भांडू-तंटू तसेच उलटे-सुलटे कर्म करू लागतो. अगदी याचप्रमाणे जेव्हा माणसाला आत्म्याची तसेच परमपिता परमात्म्याची स्मृती राहत नाही तेव्हा त्याचेही चालणे-बोलणे व राहणे-करणे दैवी मर्यादानुकूल राहत नाही. तेव्हा आपणच विचार करा की, वृत्तीही परिवर्तित करण्यासाठी स्मृतीचे किती महत्त्व आहे! वास्तविक स्मृतीनेच परमात्म्याचा आश्रय मिळू शकतो, स्मृतीनेच सहनशीलता येते, सत्यस्वरूप परमात्म्याचा संग घडतो. स्मृती जणू एक असे इंजेक्शन आहे ज्याद्वारे माणसाला सर्वशक्तिमान परमात्म्याकडून शक्तीही मिळते आणि त्याचे जन्मोजन्मीचे विकर्मरुपी जंतू नष्ट होतात.

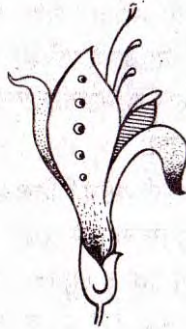
योगासाठी माणसाने मुख्यता पाच गोष्टींची स्मृती ठेवावयास हवी. (क) मी कोण आहे आणि या सृष्टीरूपी धर्मशाळेत कोठून आलो आहे व मला कोठे, केव्हा आणि कसे परतायचे आहे ? (ख) इतर जे सर्व शरीरधारी अथवा मनुष्य-तनधारी आहेत, त्यांच्याशी तसेच परमात्म्याशी माझा खरा संबंध काय आहे आणि परमपिता परमात्म्याकडून मला काय प्राप्ती होईल ? (ग) माझी प्रारंभिक स्थिती कशी होती, ती कशी व केव्हा बदलली आणि तिचे पतन का झाले तसेच आता मी ती स्थिती कशी प्राप्त करित आहे आणि त्यात परमपिता परमात्म्याने मला कसे जागृत केले आहे ? (घ) आता या जन्मात मला काय करावयास हवे, परमात्म्याला माझे जीवन कसे समर्पित करावयास हवे आणि कोणाच्या मतानुसार वागावयास हवे जेणेकरून माझे हे जीवन योगी जीवनच सुरक्षित राहील ? (ड.) या जीवनात योगी झाल्यास आता आणि नंतर काय लाभ आहे, किती जबरदस्त प्राप्ती आहे आणि परमात्म्याचा होऊन राहण्यात किती आनंद आहे ? जेव्हा माणूस ह्या पाच प्रश्नांच्या उत्तरांच्या स्मृतीत राहतो तेव्हा त्याचे मन योग-स्थित होते.

६. अभ्यास

जन्म-जन्मांतर दैहिक संबंधांमुळे माणसाचा देह-अभिमान पक्का झालेला आहे आणि त्याला आत्मा तथा परमात्म्याची विस्मृती झालेली आहे. म्हणून आता ईश्वरी स्मृतीच्या अभ्यासाची आवश्यकता आहे. वारंवार अभ्यास केल्यानेच स्मृती शुद्ध व अढळ होईल. मी आत्मा आहे, परमपिता परमात्म्याचे अविनाशी संतान आहे केवळ हा निश्चय होणे पुरेसे नाही तर हा निश्चय आचरणात येण्यासाठी परमात्म्याच्या स्मृतीचा अभ्यासही आवश्यक आहे. कार्य-व्यवहारात वावरताना माणसाला पुनःपुन्हा विस्मृती होते व तो देह-अभिमानी होतो. म्हणून रोज भल्यापहाटे (अमृत वेला) तसेच रात्री झोपण्यापूर्वी माणसाने ईश्वरी स्मृतीत निष्ठ (युक्त) होण्याचा अभ्यास तर करावयास हवाच पण दिवसभरातही कित्येकदा वेळ काढून काही क्षण का होईनात, प्रेमाने व उल्हासाने ईश्वरी स्मृतीत स्थित होण्याचा अभ्यास करित रहावे.

अभ्यासाच्या प्रारंभिक दिवसांत कधी सुस्ती, कधी थकवा, कधी संकोच आणि कधी औदासिन्याची लहर आली तरीही आपला अभ्यास सोडता कामा नये कारण योगापासून वारंवार घसरून पडल्यास पुन्हा चढणे अधिक कठीण जाते. म्हणून हे सदैव लक्षात ठेवावयास हवे की योग टा मोठा सरस व मधुर आहे आणि जर त्यापासून अतुल प्राप्ती आहे तर मग मनाचा गोंधळ दूर करून अभ्यासास लागणेच उचित व कल्याणकारी आहे.

जगात असे कित्येक लोक आहेत जे योगविषयक मोठमोठे ग्रंथ अभ्यासितात, व्याख्याने ऐकतात आणि बौद्धिकरीत्या हा विषय समजतातही पण ते योगी नाहीत कारण योगाचा ते अभ्यास करीत नाहीत. अभ्यास करणाऱ्यालाच मनाच्या स्थिरतेचा वा एकाग्रतेचा लाभ होतो, आनंद रसाची अनमोल अनुभूती होते आणि मनोपरिवर्तनाद्वारे दिव्यता प्राप्त होते. म्हणून वारंवार अभ्यास हेच एक असे साधन आहे जे माणसाला योगाच्या उच्चतम शिखरावर नेऊन पोहोचविते.



योगाभ्यासाच्या सहज विधी

योगाभ्यासासाठी माणसाने एकांत व शांत ठिकाणी बसावयास हवे. बसण्याकरिता एखाद्या स्वच्छ ठिकाणी एक गादी वा सतरंजी अंधरून त्यावर शुभ्र चादर पसरणे चांगले. जर खोली आसपास शुभ्र चादरींनी झाकल्यास अधिक उपयोगी होईल. योगाभ्यासाच्या ठिकाणी न बोलणे किंवा हळू आवाजात बोलणे उत्तम. तेथे अगरबत्ती, धूप इत्यादी जाळल्यास वातावरण आध्यात्मिक बनण्यास मदत होते.

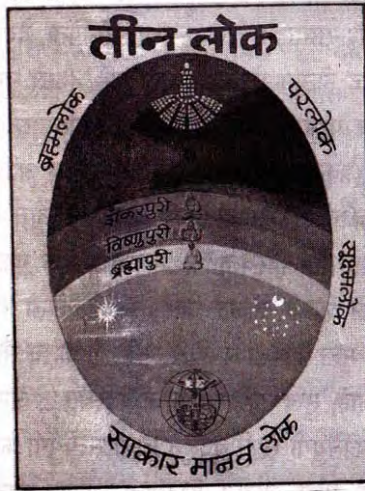
योगाभ्यासासाठी प्रत्येक वेळ अनुकूल आहे पण पहाटेचा ब्रह्ममुहूर्त वा अमृतवेला आणि संध्याकाळची वेळ विशेषता अनुकूल असते. रात्रभर झोपल्याने माणसाचे मन काहीसे आराम करते आणि स्थिर व्हावयास लागते. म्हणून पहाटे जेव्हा माणूस उठतो तेव्हा त्याचे मन जास्त चंचल नसते आणि त्या वेळी वातावरणातही अधिक विचार तसेच ध्वनी तरंग नसतात कारण बरेच लोक तेव्हा झोपलेले असतात व भक्तगण भक्ती, पूजा, साधना इत्यादीत लागलेले असल्याने वातावरण सहायक होते. माणसाला त्या वेळी दुकान, ऑफिस, प्रपंच वगैरेंची चिंताही नसते. त्याचप्रमाणे संध्याकाळी जेव्हा रात्र होऊ लागते तेव्हाही बऱ्याच लोकांच्या मनात कार्य समेटण्याची, व्यापार-व्यवहार बंद करून घरी परतण्याची व सुखपूर्वक बसण्याची इच्छा असते आणि प्रसिद्धही आहे की, 'त्यावेळी देवता फिरावयास निघतात' तसेच भक्त पूजा, आरती, भक्ती वगैरे करतात व जंगलांत राहणारे साधकही साधनेस लागतात.

योगासाठी प्राणायाम करण्याची तसेच विशिष्ट शारीरिक अवस्थेत (आसन) हट्टाने बसण्याची गरज नाही. माणसाला जसे सुखावह वाटेल तसे त्याने बसावे; पण हो त्याच्या मनात तरतरीतपणाची व खुशीची लहर असावयास हवी आणि आळस वा थकवा असता कामा नये. डोळे बंद करण्याचीही आवश्यकता नाही, केवळ मन प्रेमपूर्वक ईश्वराच्या स्मृतीत लावण्याची गरज आहे. त्यासाठी प्रथम या स्मृतीत स्थित व्हावयास हवे की, "मी एक आत्मा आहे. ज्योतिस्वरूप आहे,

बिंदुरूप आहे व भृकटीच्या मध्ये मी राहतो. सूर्य, चंद्र व तारे यांच्याही पलिकडे जेथे लाल-लाल असा प्रकाश आहे, त्या प्रकाश लोकातून अर्थात ब्रह्मलोकातून मी या मनुष्य-सृष्टीत आलो आहे. आता मला त्या ब्रह्मलोकात पुन्हा परतायचे आहे, जेथे पवित्रता व शांती आहे आणि आत्मा निर्विकार व शक्तिसंपन्न आहे, तो ब्रह्मलोकच आम्हा आत्म्यांचे खरे घर होय....”

“मी आत्मा परमात्म्याचे संतान आहे. परमात्माही ज्योतिस्वरूप आहे. तोही आत्माच आहे व बिंदुरुपच आहे पण तो ज्ञान, शांती, आनंद, प्रेम व सुख यांचा सागर असून सर्वशक्तिमान आहे. तो सुद्धा ब्रह्मलोकनिवासी आहे...” याविषयी ब्रह्मलोक कोठे आहे हे आपणास माहीत असावयास हवे.

OD1074



मनुष्य-सृष्टीच्या चंद्र, सूर्य, तारे यांच्या पलीकडे एक अन्य लोक आहे ज्याला 'सूक्ष्म लोक' म्हणतात. त्यात सूक्ष्म तसेच प्रकाशमय शरीराच्या ब्रह्मा, विष्णू व शंकर नामक देवता निवास करतात. त्यांच्याही पलीकडे दुसरा एक लोक आहे जेथे 'ब्रह्म' या नावाचे एक ज्योती तत्त्व व्यापक आहे. त्याचा रंग सोनेरी लाल

असून ते पवित्र व अपरिवर्तनीय आहे. मनुष्यात्मा याच ब्रह्मलोकातून किंवा परमधामाहून या मनुष्य-सृष्टीवर आला आहे. याच ब्रह्म-लोकाचा निवासी, अर्थात चंद्र, सूर्य व ताऱ्यांच्याही पलीकडील ज्योतिर्बिंदू रूप शिव परमात्म्यावरच मन एकाग्र करावयास हवे.

जसे तारे द्वारे विजेच्या दिव्याचे (बल्ब) कनेक्शन वीज घराशी जोडल्यास दिव्यात लाइट (प्रकाश) व माइट (शक्ती) यावयास लागते तसेच ईश्वरी स्मृतीच बिनतंतूची अशी तार आहे जी आत्म्याचे कनेक्शन परमात्म्याशी जोडते. तेव्हा, अशा प्रकारच्या स्मृतीद्वारे मन परमात्म्याशी जोडावयास हवे की, "मी परमपिता परमात्म्याचे संतान, ज्योतिर्बिंदू आत्मा आहे. मी सर्वशक्तिमान, त्रिलोकीनाथ, त्रिकालदर्शी, आनंद-सागर, सर्व आत्म्यांचा परमपिता, देवांचाही देव, ज्योतिर्बिंदू शिव परमात्म्याचाच होऊन मोकळा झालो आहे. (असे मनन करताना मनचक्षू ब्रह्मलोकात शिव परमात्म्यावर खिळलेला असावयास हवा.) अहाहा! तेथून माझ्यावर दीप्ती (प्रकाश) व शक्ती उतरीत आहेत आणि माझ्या माध्यमाद्वारे साऱ्या जगावर विकीर्ण होऊन त्यालाही पवित्रतेने सिंचित करित आहेत. अहाहा! किती आनंद आहे या अवस्थेत! मी प्रकाशाचा एक गोळा आहे, शक्तिस्वरूप आहे. मला इतकी शक्ती मिळत आहे, इतकी दीप्ती (प्रकाश) मिळत आहे! शिवबाबा! आपण मला आपला बनविले आहे, मी फारच सौभाग्यशाली आहे. हेच तर खरे जीवन आहे; सुख आहे तर याच अवस्थेत.... आपणच पतिताना पावन करणारे आहात, कलियुगी सृष्टी बदलून तिला सत्ययुगी करणारे व सर्वांना मुक्ती आणि जीवन्मुक्ती देणारे आहात. शिवबाबा; आपण सद्बुद्धी देऊन माणसाला देवता बनविता आणि २१ जन्मांसाठी स्वर्गाचे राज्यभाग्य बहाल करता..."

अशा रीतीने मनन करित-करीत, प्रेम-विवश होऊन परमपिता शिव परमात्म्याच्या स्मृतीत तल्लीन व्हावयास हवे आणि आनंद व शांतीच्या रसास्वादानात एकाग्र-चित्त स्थितीत देहभान विसरल्यागत परमधामातील सोनेरी

लाल प्रकाशात बसून दीप्ती (लाइट), शक्ती (माइट) व शांती यांचे स्वरूप होऊन बसावयास हवे.

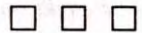
हा अभ्यास केवळ भल्या पहाटे (अमृत वेला) व संध्याकाळी नव्हे तर दिवसभर कामकाज करीत असतानाही करावयास हवा. इतर स्त्री-पुरुषांनाही कार्य-व्यवहाराच्या वेळी आत्मिक दृष्टीनेच पहाण्याचा सराव केला पाहिजे. अर्थात ही स्मृती असावयास हवी की, हे सर्वही भृकुटींच्या मध्ये राहणारे ज्योतिर्बिंदू आत्मे आहेत, परमपिता शिव परमात्म्याची अमर लेकरे आहेत, मीसुद्धा एक आत्मा आहे. चालता-फिरताना माणसाच्या आपल्या मनात हा छंद लागावयास हवा की, मी आत्मा परमधामाहून या सृष्टी-क्षेत्रावर आलो आहे; हे देहरूपी वस्त्र घेऊन मी थोडा काळ आपली भूमिका बजावीत आहे. आता हे विराट सृष्टी-नाटक पूर्ण होणार आहे आणि हे वस्त्र तसेच सर्व दैहिक नाती येथेच सोडून, मला परत ब्रह्मलोकात जायचे आहे. मी मोह-ममत्व तसेच आसक्तीच्या बेड्या तोडून टाकल्या आहेत, मी मुक्तिदाता परमपिता परमात्म्याचा पुत्र आहे म्हणून स्वतंत्रच आहे. हो, लोक-सेवार्थ तसेच जीवन-निर्वाहार्थ मला कर्म करणे भाग आहे पण मी एक विश्वस्त (Trustee) आहे. मी जसाही आहे प्रभुचा आहे आणि माझ सर्वकाही त्याचेच आहे. मी आपल्या कर्मेन्द्रियरूपी अमानतेद्वारे अप्रमाणिकपणा करणार नाही, अर्थात कोणतेही विकर्म करणार नाही आणि पापा-तापाचा वाटेकरी होणार नाही. शिवबाबा! मी आपला पुत्र आहे आणि आपल्या वास्तविक तसेच मूळ स्वरूपात शांतिस्वरूप, प्रेमस्वरूप, प्रकाश-स्वरूप, पवित्र व बिंदुरूप आहे. आता मी सर्वभावे आपल्या आश्रयास आलो आहे, आपलाच बनलेलो आहे आणि आपल्या आज्ञेनुसार वागून जीवन उच्च बनविण्याचा पूर्ण पुरुषार्थ करेन.....”

अशा प्रकारे कचेरीत (ऑफीस), दुकानात वा घरात कार्य करीत असतानाही मनात आत्मिक स्मृती व ईश्वरी स्मृती सतत ठेवावयास हवी. याने कार्यक्षमता वाढेल, निर्णय शक्ती तीव्र आणि विवेक प्रखर होईल. दृष्टी व वृत्ती पवित्र राहिल, सहनशीलता इत्यादी दिव्यगुण येतील आणि हर्ष, उल्हास, शांती, शक्ती व इतरांविषयी कल्याण-भावना यांचा अनुभव होईल. थकवा येणार नाही,

संशय, असमंजसपणा, गोंधळ, खेद, संताप वगैरेंचा अनुभव होणार नाही. माणूस स्वतःला वायुसमान हलका अनुभवेन आणि घरातील व बाहेरील कर्तव्ये निभावून नेत असतानाही कमलपुष्पसमान न्यारा व प्यारा राहिल तसेच निंदा-स्तुती, मान-अपमान, ईर्ष्या-द्वेष इत्यादी परिस्थितींतही एकरस, अलिप्त, अविकारी आणि आनंद-निमग्न राहिल. अशा प्रकारे आपल्या योगी व पवित्र जीवनाद्वारे तो इतर अनेक आत्म्यांचाही आत्मारूपी दीपक प्रज्वलीत करण्यास तसेच त्यांचे कल्याण करण्यास निमित्त बनेल आणि आपल्या कुटुंबियांवरही चांगला प्रभाव पाडून त्यांनाही जीवन उच्च बनविण्याची प्रेरणा देईल.

मन चंचल का आहे ?

एखाद्या माणसापाशी जर राहण्यास घर नसेल तर तो घराच्या शोधात गल्लोगल्ली फिरतो. याचप्रमाणे एखादे शांतीचे ठिकाण मिळावे म्हणून आजही मन चंचल राहते व इतस्तता फिरते. तेव्हा, मनाच्या चंचलतेमुळे निराश होण्याची गरज नाही, उलट शांतीचा सागर, परमपिता परमात्म्याला तसेच परमधामाला जाणून मनाला तेथे स्थान द्या म्हणजे मन शांत होईल. याचेच नाव योगाभ्यास होय.



निष्काम कर्म करणेच कर्म-योग आहे का ?

“कर्म करीत राहणे हेच माणसाचे कर्तव्य आहे”, असे म्हणणारे आपल्याला बरेच लोक भेटतील. ते म्हणतील की, “माणसाने निष्काम कर्म केले पाहिजे, हाच ‘कर्म-योग’ आहे, याने माणूस शेवटी सर्व दुःखांपासून मुक्त होतो.” पण विचार करण्याजोगी गोष्ट आहे की, आज जगात कर्म तर पूर्वीपेक्षाही जास्त होत आहे आणि कर्म तर होतच आले आहे परंतु तरीही जग दुःखी का आहे ? उघडच आहे की, कर्म तर होतच आहे पण कर्तव्य होत नाही किंवा धर्मसंगत कर्म होत नाही. निष्काम कर्म तर कोणतेही होत नाही कारण कामना ‘निष्कामातही’ भरलेली आहे. या कर्म-क्षेत्रावर कर्मापासून कोणीही सुटूच शकत नाही. फरक केवळ कर्तव्य व अकर्तव्याचा आहे. माणूस कर्म करीत असताना परमात्म्याच्या स्मृतीत रहात नाही आणि तो हेही विसरतो की, मी आत्मा आहे व इतरांशीही माझे आत्मिक नाते आहे - उणीव फक्त याच गोष्टीची आहे. सांप्रत जे लोक सकाळपासून संध्याकाळपर्यंत ऑफिसात, दुकानात वा घरात कर्म करीत राहतात त्यांना आपण ‘कर्मचारी’ (worker), ‘व्यापारी’ (कर्मरूपी व्यापार करणारे) किंवा ‘व्यवसायी’ म्हणू पण त्यांना आपण ‘कर्मयोगी’ ही संज्ञा काही देऊ शकणार नाही कारण कर्म करीत असताना त्यांचा मनोयोग किंवा बुद्धियोग परमपिता परमात्म्याशी नसतो.

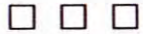
वर जे काही सांगण्यात आले आहे, त्यावरून स्पष्टच आहे की, कर्म, अकर्म व विकर्माचा किंवा कर्तव्य व अकर्तव्याचा अथवा धर्म व कर्माचा तसेच आत्मा व परमात्म्याचा संबंध तसेच जग यांचे ज्ञान होणे आवश्यक आहे. जोपर्यंत माणसाला हे ज्ञान होणार नाही व तो त्या ज्ञानाच्या आधारे सत्य धर्माला कर्माशी जोडणार नाही किंवा कर्म करतानाही योगी बनणार नाही तोपर्यंत तो सत्य कर्म करू शकणार नाही आणि ‘कर्म-योगी’ म्हणवू शकणार नाही.

कर्म-योगी बनण्यासाठी काय-काय जाणणे आवश्यक आहे ?

आपण पहाल की, माणूस जेव्हा घरी येतो तेव्हा अमूक माझी पत्नी आहे, अमूक माझी मुले वगैरे आहेत हे ज्ञान त्याला असल्याने तो त्यांच्याशी ते-ते नाते

मानून त्या नात्याच्या ज्ञानाच्या आधारे कर्म वा कर्तव्य करतो. आफिसात जेव्हा तो जातो तेव्हा 'अमूक माझा ऑफिसर वा प्रमुख आहे, अमूक-अमूक माझ्या हाताखाली आहेत' हे ज्ञान असल्याने तो अमूक-अमूकाशी तसाच वागतो तथा कर्तव्य करतो. पण ते संबंधाचे ज्ञान देह-दृष्टीवर आधारित आहे किंतू देहाद्वारे कर्म करणारा तर आत्माच आहे. म्हणून जसे स्वतःला गृहस्थ मानून माणूस गृहस्थाचे कर्तव्य निभावतो, आफिसात कारकून मानून तो कारकुनाचे कर्तव्य निभावतो तसेच जर माणसाला आत्म्याच्या घराचे (परमधाम, शांतिधाम) ज्ञान असेल आणि हेही त्याला माहीत असेल की, ही सृष्टी एक विराट नाटक आहे, शरीर माझे वस्त्र आहे आणि माझे आप्त या नाटकात माझे सहकारी नट आहेत पण वास्तविक हेही आत्मेच आहेत आणि मला साक्षी होऊन उच्च कर्तव्य करावयाचे आहे तर शांतिरूपी पारलौकिक धर्माचेही पालन करील व इतरांशी आपला वास्तविक (आत्मिक) संबंध जाणून आत्मिक रीती-नीती तसेच विधी-विधानानुसार कर्तव्य करील तेव्हा जगातील सर्व भांडणे, वैर, तगादे, दुःख व कलंक नष्ट होतील आणि जेथे मातमामुळे लोक शोक करीत आहेत तेथे खुशीच्या सनया वाजू लागतील व जग अमर-लोक, स्वर्गलोक किंवा सुखधाम होईल.

दुसऱ्या शब्दांत सांगावयाचे म्हणजे जो माणूस स्वतःला 'आत्मा' निश्चित करीत, सृष्टीला एक अनादी नाटक मानीत, स्वतःला निमित्त (Trustee) मानून कर्म अर्थात कर्तव्य करतो तोच खऱ्या अर्थाने कर्मयोगी होय.



कर्मयोग आणि कर्तव्य-पालन

प्रत्येक माणसाला कर्तव्य आणि अकर्तव्याचे ज्ञान असावयास हवेच. जर माणसाला हे ठाऊक नसेल की, आपले कुटुंबीय, समाज, देश व स्वतः आपल्याविषयी त्याचे काय कर्तव्य आहे तर त्याच्या जीवनात अशांती उत्पन्न होते आणि समाज तसेच देशातही कलह व क्लेश उत्पन्न होतो. तो माणूस योगाचाही योग्य प्रकारे अभ्यास करू शकत नाही आणि त्याचा संसारही (गृहस्थी) आश्रमासमान निर्मल होत नाही. जोपर्यंत माणूस ज्ञानयुक्त कर्म करणार नाही तोपर्यंत तो योगाची सिद्धीही प्राप्त करू शकणार नाही कारण त्याने केलेली अकर्तव्ये त्याच्या योगाभ्यासात अडथळे आणतात आणि त्याचे मन मलीन तसेच चित्त वाईट विचारांनी विक्षिप्त करतात. म्हणून योगाभ्यासाचा अभिलाषी असणाऱ्या गृहस्थाला कर्तव्याचे ज्ञान असणे आवश्यक आहे.

कर्तव्य व अकर्तव्याचा प्रश्न जेव्हापासून उद्भवला आहे तेव्हापासून जगात या प्रश्नावर मत-भेद चालत आला आहे. उदाहरणार्थ, कित्येक लोक असे म्हणतात की, “परिस्थिती कशी का असेना, अहिंसेचे पालन माणसाचा परमधर्म तसेच प्रथम कर्तव्य आहे.” दुसरे लोक म्हणतात की, “आपल्या रक्षणासाठी किंवा इतरांनाही एखाद्या अत्याचारी वा अन्यायकारी व्यक्तीपासून वाचविण्यासाठी हिंसा करणेच माणसाचे कर्तव्य आहे कारण अशा परिस्थितीतही हिंसा न केल्यास जगात अत्याचार करणाऱ्यांना प्रोत्साहन मिळते.” परंतु अहिंसावादी म्हणतात की, जर दुसरी व्यक्ती हिंसा करून अकर्तव्याचा दोषी बनतो तर त्यामुळे प्रभावित होऊन आपण आपले कर्तव्य (अहिंसा) सोडावे का ? त्यांचे म्हणणे आहे की, तसे पाहिले तर सामान्य परिस्थितीत प्रत्येक सामान्य व्यक्ती अहिंसकच आहे. माणसाच्या कर्तव्य-परायणतेची किंवा अहिंसा-धर्माची परीक्षा तर तेव्हाच होते जेव्हा हिंसा होण्याची परिस्थिती पुढ्यात येते. म्हणून ते म्हणतात की, ज्ञानी माणसाचे शस्त्र तर प्रेम, अहिंसा, मधुर भाषा, सहनशीलता इत्यादी गुण आहेत; हिंसा, द्वेष, कटुता, सूडाची भावना इत्यादी अवगुण नव्हेत. यासाठी गीतेत भगवानाचे महावाक्य

आहे की, “हे वत्स! कर्म वा कर्तव्य काय आहे आणि कोणत्या कर्माची गती काय आहे, या प्रश्नाबाबत विद्वानही बुचकळ्यात पडलेले आहेत, त्यांची बुद्धीही मोहित आहे, म्हणून तू कर्म, अकर्म व विकर्माच्या गतीचे ज्ञान स्वतः माझ्याकडून प्राप्त कर व कर्मयोगी हो.”

माणूस स्वतः अल्पज्ञ आहे व अविवेक तथा मिथ्या-ज्ञानानेही प्रभावित होतो. म्हणून कर्तव्य व अकर्तव्या बाबतीत खुद्द ज्ञानाचा सागर परमपिता शिव परमात्मा जे सत्य ज्ञान देतो, ते प्राप्त केल्यासच माणूस तथा समाजाचे कल्याण होऊ शकते आणि माणूस योगयुक्त होऊन आनंदाचा वाटेकरीही बनू शकतो. पण आज जेव्हा आम्ही कित्येक लोकांना सांगतो की, आपण ईश्वरी ज्ञान प्राप्त करा आणि त्यासाठी थोडा वेळ काढ तेव्हा ते म्हणतात की, “ईश्वरी ज्ञानाची काय आवश्यकता आहे ? आमचे सर्वकाही ठीक चालले आहे. कुटुंबात मुले-बाळे व बायको-विषयी आमचे कर्तव्य आहे धन कमविणे आणि त्यांचे कपडे-लते व खाणे-पिणे यासाठी आर्थिक व्यवस्था करणे. ते कर्तव्य तर आम्ही चांगल्या तऱ्हेने निभावतच आहोत. तसेही आम्ही हाही प्रयत्न करतो की, कोणाला दुःख न द्यावे, कोणाशी खोटे न बोलावे व कोणाकडून अनुचितपणे जास्त पैसे न उकळावे. हो, बाकी आजकालच्या जमान्यात थोडीफार उलथापालथ तर करावीच लागते.”

माणूस आपले कर्तव्य निभावत आहे का ?

वास्तविक त्यांचे हे म्हणणे असे आहे जसे आपल्या कर्माविषयी स्वतःच न्याय-निवाडा (Judgement) करणे किंवा स्वतः आपल्याला प्रमाण-पत्र (Certificate) वा सफलता-पत्र (Clearance chit) देणे. धर्मराज परमपिता परमात्मा त्यांच्या कर्माविषयी काय न्याय-निवाडा करतो हे जाणून घेणे आवश्यक आहे कारण त्या न्यायानुसारच त्यांना त्यांच्या कर्मांचे फळ मिळेल. म्हणून आम्ही वारंवार म्हणतो की, माणसाला कर्तव्य व अकर्तव्याविषयी ईश्वरी ज्ञान असावयास हवे. ही गोष्ट अधिक स्पष्ट करण्यासाठी पूर्वचर्चित त्या लोकांचे उदाहरण घ्या जे म्हणतात की, “आम्ही धन कमावून आपली मुले-बाळे

व पत्नीविषयी आपले कर्तव्य निभावत आहोत आणि कोणाचा खून करीत नाही, खोटे बोलत नाही व कोणाला दुःख देत नाही.” ज्ञान-सागर, परमपवित्र परमपिता परमात्मा अशा लोकांना उद्देशून म्हणतात - “तुम्ही धन कमावून मुले व पत्नीच्या आर्थिक गरजा पुऱ्या करण्याचे कर्तव्य करीत असाल पण त्यांच्यासमोर रागावतही असाल, त्यांच्यांत असलेली मोहममतेची भावना व्यक्त करीत असाल, कोण्या लोकांविषयी कांही निंदात्मक वा व्यर्थ शब्दही कदाचित कधी बोलतही असाल. क्रोध, मोह वगैरे अकर्तव्ये नाहीत काय ? तुम्हाला क्रोधादी विकारांनी युक्त असलेले पाहून आणि त्याच विकारांचे अनुकरण करून त्या मुलांचे पुढील जीवन दुःखी होणार नाही काय ?

या व्यतिरिक्त, तुम्ही त्यांच्या आर्थिक गरजा तर पुऱ्या करता खरे पण त्यांना कायमचे रोग, शोक, अपघात, दुर्भाग्य इत्यादींपासून काही दूर ठेवू शकत नाहीत. तेव्हा उघडच आहे की, तुम्ही आपले पूर्ण कर्तव्य निभावले नाही. मुला-बाळांच्या खाण्यापिण्याची व राहण्याची व्यवस्था करणे हे काही उच्च कर्तव्य किंवा कर्तव्याची पूर्ती नव्हे कारण त्यापासून अल्पकालीन एकांगी व अपूर्णच सुख मिळते. याच प्रकारे एक पक्षीणही आपल्या पिल्लांसाठी जेथून मिळेल तेथून आपल्या चोचीत भर-भरून दाणे घेऊन येते आणि मोठ्या प्रेमाने त्यांच्या तोंडात टाकते. ती फार परिश्रम करून एक-एक गवताची काडी एकत्र करून त्यांच्यासाठी घट्टेही बनविते. जेव्हा ती मरते तेव्हा ते घट्टे आपल्या पिल्लांना मिळकतीच्या रूपाने देऊन जाते. तेव्हा, मुलांचे पालन करण्याचे जे कर्तव्य आहे, ते तर पशुपक्षीही फार चांगल्या तऱ्हेने पार पाडतात. माणूस तर सर्व प्राण्यांत उच्च मानला गेला आहे, तेव्हा त्याचे कर्तव्यही त्या सर्वांहून उच्च असावयास हवे. माणूस आचार तसेच व्यवहार संहिता जाणू शकतो, म्हणून जर तो आपल्या कर्माबरोबर धर्म जोडत नसेल, बुद्धी ईश्वरी ज्ञानाने युक्त करीत नसेल तर त्याचे वैशिष्ट्य ते काय राहिले ? तेव्हा, आता कर्तव्य किंवा कर्म, अकर्म तथा विकर्म काय ते जाणून कर्मयोगी व्हा म्हणजे कर्मात असे बळ भरेल की, सदैव सुख-शांती प्राप्त होईल.”

अन्य कोणाचा खून नसेल केला पण आत्म्याचा गळा दाबला असेल

लोक म्हणतात, “आम्ही कोणाचा खून नाही करत.” तीक्ष्ण धारेच्या एखाद्या शस्त्राने ते कोणाचा खून करित नसतील पण धारदार व तीक्ष्ण तलवारीहूनही अधिक घातक शब्द ते आपल्या मुखरूपी म्यानातून बाहेर काढून घेत एखाद्याचे हृदय भेदून तर टाकत असतील. विषाहूनही अधिक विषारी किंवा बंदुकीच्या गोळीहूनही अधिक घातक शब्द बोलून ते आपल्या जीवनात कित्येक कोमल हृदयांवर आघात करित असतील. असेही करित नसतील तर ते आपल्या आत्म्याच्या शुद्ध आवाजाचा गळा दाबून आत्म्याचे हनन तर करितच असतील. यापासूनही कोणी बचावला असेल तर कोण असा गृहस्थ असेल ज्याने काम-कट्यार चालवून दुसऱ्या आत्म्याच्या (पत्नीच्या) अखंड-ब्रह्मचर्याचे तुकडे-तुकडे केले नसतील ? कोण आहे ज्याने आपल्या नेत्र-रूपी धनुष्याने कामरूपी बाण मारून इतरांच्या देहावर आक्रमण केले नसेल ? कोण आहे ज्याने काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदी छत्रधारी सैनिकांना आपल्या हृदयरूपी विमान तळावरून उड्डाण करावयास लावून आणि दुसऱ्याच्या तन वा मनरूपी देशात उतरवून त्याला घायाळ केले नसेल ?

लोक म्हणतात, “आम्ही खोटे नाही बोलत. आम्ही कोणाला फसवीत नाही.” शक्य आहे की, एखादा व्यापारी विक्रीच्या वस्तूत भेसळ करित नसेल, प्राप्ती व विक्री करांचे हिशेब प्रामाणिकपणे ठेवत असेल किंवा कचेरीतला एखादा कारकून कचेरीचे काम मन लावून करत असेल आणि खोट्या सबबी सांगून सुट्ट्या घेत नसेल, लाच म्हणून कोणाकडून पैसे वगैरे घेत नसेल पण आज सर्व लोक जे स्वतःला आपल्या दिहाच्या पित्याची मुले मानतात तसेच आपल्या देहाच्या पित्यालाच ‘आपला पिता’ म्हणतात, हे काय लहान सहान खोटे आहे ? ही आत्म-वंचना कमी का आहे ? सारा दिवस स्वतःला आत्म्याऐवजी देह मानून वागणे ही काय सामान्य फसवणूक आहे ? या फसवणूकीने तर खरे नुकसान झाले आहे. स्वतःला परमपिता परमात्म्याचे संतान मानत नसल्याने माणूस

अविनाशी तसेच अखंड सुखरूपी ईश्वरी संपत्ती तथा पालनाला पारखा झाला आहे.

कदाचित एखादी व्यक्ती आत्मा व परमात्म्यालाही मानत असेल परंतु मानणे व ओळखणे ह्या दोन वेगवेगळ्या गोष्टी आहेत आणि ओळखून तसेच जाणून त्यानुसार वागणे तर विशेषच गोष्ट आहे. आज कित्येक लोक असे आहेत जे परमात्म्याची यथार्थ ओळखदेख (जान-पहचान) नसल्याने म्हणतात की, परमात्मा सर्वव्यापी आहे अर्थात पशुपक्षी, कीटक, दगडघोंडे सर्वांत आहे. त्यांना हे ज्ञानच नाही की, वास्तविक परमात्मा सर्वव्यापी नाही आणि त्याला सर्वांत व्यापक मानणे म्हणजे आपल्या परम आदरणीय, परम कल्याणकारी परमपित्याचा अपमान करणे, त्याची निंदा वा ग्लानी करणे होय. तेव्हा, कोणी व्यक्ती कोण्या माणसाची निंदा करित नसेल पण परमपिता परमात्म्याला सर्वव्यापी मानून ती परम निंदेचे महापाप तर करित बसली आहे ना! ती मोठ्यात मोठे अकर्तव्य करित बसली आहे, हे तिला माहीत नाही. तेव्हा संसारात राहून आता कर्मयोगाची उच्च सिद्धी प्राप्त करण्यासाठी मन-वचन-कर्मिणे कोणाला दुःख न देणे, कोणत्याही विकाराच्या अधीन होऊन कर्म न करणे आणि स्वतःला (आत्मा) व परमपिता परमात्म्याला यथार्थरीत्या जाणणे यांची आवश्यकता आहे. स्वतः आपल्याला तसेच परमपिता परमात्म्याला यथार्थपणे जाणणे हे माणसाचे आद्यकर्तव्य आहे. या ज्ञानाशिवाय माणूस अकर्तव्ये करितच बसणार आणि तो कर्मयोग्याऐवजी कर्मभोगी व पापीच होऊन बसेल.

गतकाळाचे अकर्तव्य मिटविण्याचे कर्तव्य

बरे, समजा की, या सर्व पापांपासूनही एखादा सुरक्षित राहतो. पण माणसाने पूर्वजन्मीही काही अकर्तव्ये केली असतील. आज जीवनात दुःख व अशांती आणणाऱ्या ज्या परिस्थिती येतात, त्यांवरूनही सिद्ध होते की, माणसाने पूर्वजन्मी कित्येक अकर्तव्ये केली आहेत अन्यथा विनाकारण दुःख येऊ शकत नाही. तेव्हा पूर्वजन्मी केलेल्या अकर्तव्यांची साठवण धुवून काढणे हेसुद्धा एक कर्तव्य आहे

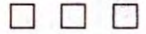
आणि तसे करण्याचा विधी जाणून घेणे हेही माणसाचे एक आवश्यक कर्तव्य आहे तसेच आपली बायका-मुले इत्यादींनाही त्याचा परिचय करून देणे हे सुद्धा त्याचे कर्तव्य आहे.

मग आपण पहाल की, कर्तव्य व अकर्तव्य यांमधील फरक समजण्यासाठी हे जाणून घेणेही आवश्यक आहे की, देहाहून भिन्न एखादी आत्मा नामक अनिवाशी सत्ता आहे काय आणि त्याचा पुनर्जन्म व पूर्वजन्म सत्य आहे काय तसेच त्याला आपल्या कर्तव्य व अकर्तव्याचे फळ कोणत्या ना कोणत्या जन्मी मिळते का ? या इहलोकाहून भिन्न असा स्वर्ग लोकही आहे का जेथे धर्मयुक्त कर्म करणाऱ्याला सुख व नरक लोक जेथे अधर्मयुक्त कर्म अर्थात अकर्तव्य करणाऱ्याला दुःख मिळते ? एक प्रश्न हाही उद्भवतो की, आमचे जे आई-वडील, भाऊ-बहीण, बायका-मुले इत्यादी आहेत, त्यांच्याशी आमचे हे लौकिक नातेच एकमात्र व आदर्श नाते आहे की, या नात्यांहून भिन्न, श्रेष्ठ व स्थायी एखादा अन्य संबंधही आहे ? ह्या सर्व गोष्टी जाणून घेतल्या नंतरच त्यांच्याविषयी आपले कर्तव्य निश्चित होते. त्या सर्व गोष्टीही कर्तव्य-ज्ञानाच्या क्षेत्रात येतात. जोपर्यंत माणूस हे सारे ईश्वरी ज्ञान स्पष्टपणे प्राप्त करणार नाही, तोपर्यंत तो कोणते ना कोणते अकर्तव्य किंवा पाप करितच राहील.

दान-पुण्य केल्याने माणसाचे कर्तव्य पूर्ण होते का ?

आज काही लोक म्हणतात, “गरीबांना अन्न, धन, वस्त्र दान देणे, रोग्यांसाठी दवाखाने उघडणे, दुसऱ्यांची सेवा करणे हेच माणसाचे कर्तव्य आहे.” पण या विषयी लक्ष देण्यायोग्य एक मुद्दा हा आहे की, इतका काळ गरीबांना अन्न-धन इत्यादी दान देणे, रोग्यांसाठी दवाखाने वा रुग्णालये उघडणे, दुसऱ्यांची सेवाही शेजारी वा समाजसेवक वा दयाळूवृत्तीच्या लोकांनी करणे हे सर्व होतच आहे तरीसुद्धा आज जगात कोणत्या कर्तव्याची उणीव आहे ज्यामुळे आजही रोग्यांनी रुग्णालये भरून गेली आहेत, नवे-नवे रोग लोकांना होत आहेत, कोट्यवधी लोक गरीब ते गरीबच व लाचार राहिले आहेत व दुसऱ्यांकडून संरक्षणाची व सेवेची

इच्छा करीत आहेत ? आज ज्या वेगाने रुग्णालयांची संख्या वाढत चालली आहे त्याच वेगाने लोक-संख्या व रुग्ण-संख्या वाढत आहे. म्हणजे हे जग काही स्वर्ग बनत नाही, येथे सर्वतोपरी प्रयत्न होऊनही दुःख व अशांती काही कमी होत चाललेली नाही केवळ त्यांचे रूप तेवढे बदलत जात आल्याची शक्यता आहे. उलट असे म्हणता येईल की, अशा प्रकारच्या स्थूल सेवेने तर इतरांना परावलंबी बनविण्यात येत आहे. त्यांच्यावर कर्मांचे आणखीनच जास्त ओझे वा ऋण लादले जात आहे आणि कर्मांच्या बेड्यांत एकमेकांना आणखीनच जास्त जखडून टाकण्यात येत आहे. सर्वोत्तम सेवा तर ही आहे की, माणसाला कर्तव्य-अकर्तव्याचे ज्ञान देऊन पुरुषार्थपरायण, स्वावलंबी आणि सत्कर्म करणारा तसेच गतकाळी केलेली अकर्तव्ये धुवून काढण्याचे सामर्थ्य असलेला तसेच कर्मयोगी बनविला जावा.



कर्तव्य व अकर्तव्य यांना अलग करणारी रेषा

“कर्तव्य काय आहे व अकर्तव्य काय आहे, हा जो प्रश्न आहे याचे उत्तर आता प्रशस्त आहे. कर्तव्य व अकर्तव्य यांना अलग करणारी रेषा प्रभूने आपल्या हातांनी काढलेली आहे. जी चूक माणसाचे कर्तव्य अकर्तव्यात बदलून दुःखाचे प्रारब्ध देत राहिली आहे किंवा कर्तव्याच्या उत्तमपणावर कलंक लावीत राहिली आहे, ती चूक सुधारण्याची सोपी युक्ती आता परमपिता शिव परमात्म्याने आम्हास सांगितली आहे. ज्या चावीने स्वर्गीय सुखांचे खजिने आपल्या हाती लागू शकतील आणि ज्या मंत्राने या जगातील स्त्री-पुरुष, डोंगर-नद्या, फूल-वाफे, सरकारी कर्मचारी व मजूर-व्यापारी सर्व सुख देणारी साधने बनू शकतील ती चावी, तो मंत्र आता त्या कल्याणकारी परमपित्याने समजावून दिला आहे. कोणती आहे बरे ती रेषा कर्तव्य व अकर्तव्य यांना अलग करणारी, आपण आता जाणली आहे काय ?

ती आहे ‘दिही-निष्ठ’, ‘आत्मा-स्मृती’ किंवा स्वतःला अनादी, अविनाशी आत्मा, परमपिता परमात्म्याचे अविनाशी संतान निश्चित करणे. जर माणूस स्वतःला ‘आत्मा’ निश्चित करून, आत्मस्वरूपात स्थित होऊन परमपित्याच्या स्मृतीत मग्न अर्थात योगयुक्त होऊन कर्म करील तर त्याचे कर्म धर्मयुक्त होईल आणि स्वतः तो एक कर्मयोगी ठरेल. तेव्हा समजा की तो सत्कर्म किंवा कर्तव्य करील. जो स्वतःला ‘दिह-निष्ठ’ करून वागतो, त्याचे कर्म कर्तव्याची रेषा ओलांडून अकर्तव्याच्या क्षेत्रात पाऊल टाकते. जगात सर्व प्रकारच्या युक्त्या, विचार, औषधे वा साधने वापरून पाहण्यात आले की, त्या सर्व माणसाला कितपत लाभकारक ठरतात. पण परमपिता परमात्म्याने दिलेली ही परम युक्ती, परम-औषध, परम मंत्र, परम पुरुषार्थ वापरून पाहण्यात आलेला नाही, म्हणून आज जग दुःखी आहे. आता या कल्याणकारी युक्तीच्या वापराने लाखो लोकांना सुखरूपी रस मिळाला आहे आणि या वापराने स्पष्टच होते की, जे ही युक्ती आपल्या जीवनातही धारण करतील, त्यांचेही अवश्य कल्याण होईल. कर्म-योगी, कर्तव्य-परायण तसेच पवित्र बनणाऱ्या माणसाला निश्चितच आत्मिक सुख मिळेल.

कर्मयोग आणि निस्संकल्प समाधी

“निस्संकल्पता* हा एक असा दिव्य गुण आहे जो धारण केल्यास माणसाच्या सर्व चिंता मिटतात. या गुणाद्वारे माणसाला खरी शांती मिळते आणि त्याची बुद्धी व्यर्थ इच्छा व मिथ्या विचारांनी रीक्त होऊन योगाचा आनंद अनुभवण्यास लागते. निस्संकल्पता याचा अर्थ जड वस्तुप्रमाणे संकल्पशून्य वा अचतेन होणे नसून निस्संकल्पतेचे पाच मुख्य जीवनोपयोगी अर्थ आहेत जे आत्मसात केल्यास माणूस संसारात राहूनही योगी जीवनाचा आनंद प्राप्त करतो आणि देवपदाचा अधिकारी होतो.

१. होऊन गेलेल्या वृत्तांताबद्दल निस्संकल्पता

निस्संकल्पतेचा गुण धारण करण्याचा एक भावार्थ हा आहे की कर्म केल्यानंतर त्याचा जो परिणाम घडतो त्याविषयी माणसाने अधिक संकल्प करता कामा नये. त्याने एखाद्या घटनेचे वारंवार चिंतन करता कामा नये. उदाहरणार्थ, समजा एका माणसाने आपल्या घरात मेजावर पडलेले घड्याळ उचलले, पण तसे करताना त्याच्या हातातून निसटून खाली पडले व तुटले आणि तो विचार करू लागला, “हाय, काय झाले हे! समजत नाही कोण्या दुर्भाग्याने हे घड्याळ येथे ठेवले होते!! या वेळी या घड्याळाला मी हातच लावला नसता तर किती बरे झाले असते. माझे तर नशिबच फुटले आहे!! कळत नाही माझ्याच बाबतीत असे का घडते.... ? अशा प्रकारे व्यर्थ संकल्प करणाऱ्या माणसाला ‘निस्संकल्प’ मानता येणार नाही. निस्संकल्प अवस्थेचा माणूस हा विचार करतो की, जे व्हायचे होते तेच घडले आता पश्चाताप करून काहीच फायदा नाही. पुढे मला काळजीपूर्वक वागावयास हवे आणि जेव्हा शक्य होईल तेव्हा मला हे घड्याळ दुरुस्त करून घ्यावयास हवे. बस, इतकाच विचार करून तो वारंवार या प्रसंगाचे चिंतन करीत

* या साऱ्या लेखात निस्संकल्पता याचा अर्थ आहे - व्यर्थ वा विकारी संकल्प न उद्भवणे.

नाही उलट शांत-चित्त होतो. तो त्या प्रसंगाला एक 'नियती' (Destiny) मानून शांतीच्या मार्गावरून पुढे जातो आणि आपला वेळ तसेच शक्ती व्यर्थ संकल्पांत गमावीत नाही. तो जाणतो की, जगातील सर्व स्थूल वस्तू विनाशी असतात. त्यांच्या अकस्मात नाशाने माणसाने दुःखी होता कामा नये कारण माणसाची खुशी अथवा शांती ह्या वस्तुंहून अधिक मूल्यवान आहे. वस्तू गमावून बसण्याबरोबर आपल्याच संकल्पांनी आपली खुशीही गमाविणे म्हणजे आपली कबर स्वतः खोदून त्यांत स्वतःला जिवंत गाडून घेणे होय. पण योगाभ्यासासाठी प्रत्येक परिस्थितीत संतुष्ट, आनंदित, खुश किंवा निस्संकल्प राहणे आवश्यक आहे.

याच प्रमाणे, समजा एक माणूस बसमधून जात होता. तेथे गर्दीत कोणी त्याचा खिसा कापला. नंतर खिश्चात हात घालताच तो कापला गेल्याचे त्याला कळून आले. आता जर तो माणूस व्यथित होईल, स्वतःला शिव्या-शाप देईल, इतरांशी भांडू लागेल आणि अशा प्रकारे विचार करील की, "आज मी घरातून बाहेरच पडलो नसतो तर बरे झाले असते! मी किती दुर्भाग्यशाली आहे की माझ्या बाबतीत ही दुर्घटना घडली! कळत नाही कोणते संकट मला या बसात घेऊन आले! आज खिश्चात मी इतके पैसे टाकलेच का ? खिसेकापूला ह्या सर्व लोकांत माझ्याशिवाय दुसरा कोणी दिसलाच नाही...." अशा प्रकारचे चिंतन करणाऱ्या माणसाला निस्संकल्प म्हणता येणार नाही, उलट त्याला चंचल स्वभावी किंवा विक्षिप्त मनाचा मानले जाईल. याऐवजी जर आता खिसेकापूला पकडण्याचा एखादा उपाय शक्य असेल तर ठीकच अन्यथा माणसाने हा विचार करून लगेच शांत व्हावयास हवे की, जे व्हायचे होते ते झाले, पुढे मी सावध राहीन!" अशाच माणसाला निस्संकल्प मानता येईल. अशी निस्संकल्पताच योगात सहायक होते.

याच प्रकारे, समजा की, कोणी माणूस घरातून निघून जेव्हा बस थांब्यापाशी येताच हवी असलेली बस डोळ्यांसमोरून जात असलेली पाहून विचार करू लागला. "हाय, मी मोठ्या अडचणीत पडलो आहे! बस-चालक कसा दुष्ट माणूस

आहे. आज बस लवकर घेऊन गेला! अडचणच अडचण आहे! जे होते ते सर्व उलटेच होते. जर घरातून मी दोन मिनिटे आधीच बाहेर पडलो असतो तर बस मिळालीच असती पण आता तर बस निघून गेली.....! अशा तऱ्हेने जे घडले ते विसरण्याऐवजी जो माणूस व्यर्थ संकल्प करित राहिल तो जणू स्वतःला चितेवर जिवंत जाळण्यासाठी लाकडे जमा करील. तेव्हा स्वतःला घडून गेलेल्या घटनेवर अडून न ठेवता स्वतःला त्यापासून अलीप्त व साक्षी मानणे म्हणजेच निस्संकल्पाचा गुण धारण करणे होय.

अनादी संकल्पाने बनलेल्या या सृष्टीत जर एखाद्या वृत्तांतामुळे गोंधळात पडून कोणी माणूस हा संकल्प करील की, “असे का झाले ? असे न होता तसे व्हायला हवे होते.” तर समजा की, अनादी संकल्पाच्या सृष्टीवर स्थित न राहता जो आत्मा आपल्या संकल्पाची सृष्टी रचतो अर्थात ‘असे का झाले ? तसे व्हायला हवे होते’ अशा प्रकारचा संशयात्मक संकल्प किंवा व्यर्थ इच्छा उत्पन्न करतो. याचाच अर्थ तो आपल्यासाठी कर्म-बंधन जोडतो किंवा कर्मांचा हिशेब बनविण्यास सुरुवात करतो. अशा मनुष्याचा योग जूळू शकत नाही आणि तो शांती व आनंद प्राप्त करू शकत नाही. संसारी माणसाच्या जीवनात अशा प्रकारचे प्रसंग बहुधा येतीलच. म्हणून त्याने आपल्या मनात अशी वादळे येऊ देता कामा नये, उलट मन निस्संकल्प स्थितीत ठेवावयास हवे तरच त्याचा योग परमात्म्याशी एकांतिक होऊ शकेल.

२. भविष्याविषयी व्यर्थ संकल्प न करणे

निस्संकल्पता याचा दुसरा भावार्थ हा आहे की, माणसाने कर्म करित असताना भविष्याविषयी व्यर्थ व अयोग्य चिंतन करू नये. उदाहरणार्थ असा विचार करू नये की, “हाय, आता मी ज्या कार्यासाठी जात आहे ते होईल की नाही, काही कळत नाही! अमूक माणूस माझे म्हणणे मानेल की नाही! जर तो न मानेल तर माझे जाणे व्यर्थ होईल....” परिणामापूर्वीच अशा प्रकारचे व्यर्थ संकल्प करणे म्हणजे स्वतःला गोंधळात वा संशयात टाकणे व निर्बल बनविणे असून

निराशेचा खट्टा खोदून त्यात उडी मारणे होय. या ऐक्की जो माणूस एखादे शुभ कार्य आपले कर्तव्य समजून करावयास लागतो आणि अनागत म्हणजे भविष्याचे व्यर्थ चिंतन करित नाही किंवा स्वतः आपल्यासमोर बागुलबोवा उभा करून स्वतःला भिववीत नाही तोच निस्संकल्प होय. तो माणूस अपयशातही दुःखी होत नाही कारण तो कर्म अविनाशी असल्याचे जाणून किंवा आपले कर्तव्य गोड मानून श्रेष्ठ कर्माचा अंत श्रेष्ठ समजतो व ते करण्यात आनंद मानतो.

याच प्रकारे, समजा की, कोण्या माणसाच्या मुलाला ऑफिसातून परतावयास तास-अर्धा तास उशीर झाला आणि तो विचार करू लागला, "मला वाटते आज त्याला अपघात झाला असावा. तो रस्ता ओलांडताना तिकडून सरकारी बस वेगाने आली असावी आणि तो बसखाली सापडला असावा. मग लोकांनी उचलून त्याला इस्पितळात नेले असावे. आता तो इस्पितळात बेशुद्धावस्थेत पडलेला असावा कळत नाही तो कोणत्या इस्पितळात असेल, तो जिवंत असेल की मेला असेल ? कदाचित तो रस्त्यावरच पडलेला असेल आणि कोणीही त्याला तेथून उचललेही नसेल या भयाने की, पोलीस मला पकडतील व म्हणतील की तूच त्याला मारले आहेस. हाय! बस-ड्रायव्हरही आंघळे होऊन बस चालवितात. आपला मुलगा मेला तर त्यांना कळेल की, मुलाचा मृत्यू किती दुःखदायक असतो! पूर्वी जेव्हा बसच नव्हत्या तो काळ चांगला होता...." अशा प्रकारचे विचार उत्पन्न करून तो रडतो आणि शेजाऱ्या-पाजाऱ्यांना एकत्रित करतो, नातेवाईकांना कळवितो की, माझा अमूक मुलगा आज अपघातात मरण पावल्याचे वाटते....

उघडच आहे की, अशा प्रकारचे चिंतन करणे म्हणजे कोळ्याप्रमाणे तोंडातून जाळे काढून स्वतः त्यात अडकणे होय. हे तर स्वतःला दुःखित करण्यासाठी चिंतेची आग पेटवून त्यावर व्यर्थ संकल्पांचे तेल शिंपडणे होय. नेहमी माणसाने चांगलाच विचार करावयास हवा व शांत रहावयास हवे. अपघात होवो न होवो, त्याची माहितीही नसताना माणसाने घरात इतरांची हृदय-क्रिया बंद

पडण्यासारखी स्थिती निर्माण करावी म्हणजे मनाचा गोंधळ, उग्रता, उच्छृंखलपणा किंवा अनियंत्रितपणा होय. ज्याप्रमाणे बेलगाम घोडा शेवटी आपल्या स्वारासाठी संकट उभे करतो, त्याचप्रमाणे बेलगाम मनही माणसाला तीव्र गतीने दुःखाच्या संकटमय मार्गाने मृत्यूच्या खाईत घेऊन जाते. अशी वृत्ती जतन करून ठेवल्यास योग कसा बरे साधेल ? योगाभ्यास करणाऱ्या माणसाला मन एकाग्र करावयाचे असते आणि व्यर्थ संकल्पांना रोखावयाचे असते. म्हणून योग-समाधी इच्छिणाऱ्याने निस्संकल्प समाधीत रहावयास हवे अर्थात प्रत्येक परिस्थितीत व्यर्थ संकल्प-विकल्पांना सोडावयास हवे.

निस्संकल्प माणूस तो होय जो प्रथम साऱ्या परिस्थितीचे सर्वेक्षण करतो, निश्चित रीतीने वास्तविकतेला जाणण्याचा प्रयत्न करतो, तो संसार सागराच्या लहरींत वाहून जात नाही उलट साक्षी होऊन हे विराट नाटक पाहतो. तो समजतो की, "जे काही होत आहे ते विराट नाटकाच्या एका अनादी पूर्वनिश्चित योजनेनुसार होत आहे; ते कर्म-विधानानुसार योग्यच होत आहे. भावी अटळ आहे; म्हणून माणसाने दुःखी होता कामा नये उलट आपल्याकडून जे योग्य होऊ शकेल तेच शांती तथा संतोष-पूर्वक करावयास हवे. स्पष्टच आहे की, निस्संकल्पतेचा गुण धारण केल्यासच माणसाला शांती मिळू शकते अन्यथा माणसाचे मन क्षणाक्षणानंतर एखादे दुसरे-दुसरेच दुःखाचे कारण धुंडाळून स्वतःला व्यथा व शोकाने त्रास देत राहिल. चित्ताच्या शांत भूमिकेतच योगाचा अभ्यास करता येतो.

३. सवडीच्या वेळी स्वरूप-निष्ठ होणे

निस्संकल्पता याचा तिसरा भावार्थ हा आहे की, माणसाने जेव्हा आपल्या कार्य-व्यापातून सवड मिळेल तेव्हा कासवाप्रमाणे आपली कर्माद्रिये समेटून आणि सांसारिक व व्यावहारिक संकल्प करण्याचे सोडून स्वरूपनिष्ठ व्हावे. ही गोष्ट सर्व लोक मानतात की, अहम् 'आत्म्याचे' मूळ स्वरूप आहेच निस्संकल्पता. जेव्हा आत्मा मुक्तीच्या अवस्थेत असतो तेव्हा तो निस्संकल्प व शांतच असतो. नंतर

जेव्हा तो मुक्तिधामातून उतरून या कर्म-क्षेत्रावर येतो व शरीराचा आधार घेतो तेव्हा प्रथम केवळ शुद्धच संकल्प उत्पन्न करतो. म्हणून आता जेव्हा प्रथम मुक्तिधामात परतणे हे आपले लक्ष्य आहे तेव्हा आपणास निराकारी, निर्विकारी व निस्संकल्प अवस्थेत स्थित होण्याचा अभ्यास केला पाहिजे. आता निस्संकल्पता आपला मुख्य गुण असावयास हवा. प्रथम निस्संकल्पता धारण करून नंतरच आपणास शुद्ध संकल्पात उतरावयास हवे.

तेव्हा, निस्संकल्पतेचा भावार्थ हा आहे की, जेव्हा माणूस स्वरूप स्थितीत अथवा निराकारी, निर्विकारी, निस्संकल्प होऊन परमपिता परमात्म्याच्या स्मृतीचा अभ्यास करण्यासाठी बसतो तेव्हा त्याने कसलेही संकल्प उत्पन्न करता कामा नये. उदाहरणार्थ त्या वेळी त्याने हा संकल्प करता कामा नये की, "उद्या दुकानात जाऊन मी अमूक धंदा करेन किंवा ऑफिसात जाऊन अमूक फाइल पाहीन किंवा अमूक माणूस माझ्याशी ठीक वागत नाही." इत्यादी इत्यादी. जर आपले मूळ स्वरूपच निस्संकल्प व निराकारी तथा निस्संग आहे आणि त्यातच एकाग्र होण्याचे कार्य आता आपण करित आहोत तर साकारी अथवा शरीर-संबंधी संकल्प आता उत्पन्न होताच कामा नयेत उलट सांसारिक संकल्पांपासून निवृत्त (निस्संकल्प) होऊन आपणास परमपिता परमात्म्याच्या स्मृतीत स्थित व्हावयास हवे. बस, ज्योतिस्वरूप परमात्म्याच्या स्मृतीत एकांतिक स्थितीच तर योग होय.

४. कर्म करित असताना परमार्थ चिंतन, ज्ञान-मंथन किंवा ईश्वरी स्मृती

मागील पानांत निस्संकल्पतेच्या गुणाच्या तीन पैलूंचे आम्ही विवेचन करित आलो आहोत. एक तर हा आहे की, कर्म केल्यानंतर जेव्हा परिणाम पुढ्यात, येतो तेव्हा निस्संकल्प अवस्था किंवा सहज समाधीवाल्या माणसाची लक्षणे काय असतात ? दुसरा हा की, कर्म प्रारंभ करताना निस्संकल्पतेचा गुण धारण करण्याचा अर्थ काय आहे ? तिसरा हा की, जर कर्मापासून आपण मुक्त आहोत तर निस्संकल्पतेच्या अवस्थेत किंवा निस्संकल्प समाधीत स्थित होण्याचा अर्थ काय

आहे ? आता आम्हास हे स्पष्ट करावयाचे आहे की, जर कोणी माणूस असे कार्य करीत असेल ज्यात त्याची बुद्धी पूर्णपणे लावण्याची गरज नसेल तर ते कर्म करीत असतानाही इतर अनेक सांसारिक संकल्प उत्पन्न न करता परमात्म्याच्या गुण-स्वभाव- संबंध इत्यादींच्या स्मृतीत राहणे म्हणजेच निस्संकल्पता होय. उदाहरणार्थ समजा की, कोणी स्त्री भांडी साफ करीत आहे. हे कार्य करीत असताना जर ती मनात असा विचार करीत आहे की, “पहा तर खरे, माझी मुले किती वाईट आहेत. ती माझे एकही म्हणणे मानत नाहीत. माझा नवराही त्यांना काही बोलत नाही. ही कशी बिकट समस्या आहे..... ओहो, मी तर विसरूनच गेले, आज सिनेमाला जाण्याचा कार्यक्रम ठरवायचा होता आणि मैत्रिणींकडून वड्या- भज्यांची मैफल भरविण्याचेही वचन घ्यायचे होते... वगैरे वगैरे.” अशा प्रकारे मनाला इकडे-तिकडे पळावयास लावणे म्हणजे त्याला व्यर्थ थकविणे होय. जर आता भांडी साफ करण्याचेच कार्य चालू आहे आणि मुले शाळेत व नवरा आफिसात आहे शिवाय सिनेमा व भज्यांच्या कार्यक्रमाचा थांगपत्ताच नव्हता तर या व्यर्थ उठाठेवीपासून काय फायदा ? तेव्हा अशा सांसारिक संकल्पांऐवजी स्वतःला आत्मा निश्चित करीत बुद्धी परमात्म्याच्या गुणवर्णनात अशा प्रकारे लावावयास हवी की, “तो परमपिता परमात्मा सर्वांची सद्गती करणारा व कल्याणकारी आहे.....” आणि त्याच्या प्रेमात बुडून व त्याच्या स्मृतीत राहून कार्य करणे म्हणजे निस्संकल्प अवस्था धारण करणे होय.

अगदी याच प्रमाणे, समजा कोणी माणूस टांग्यात बसून जात आहे. आता यावेळी जर तो विचार करू लागेल की, “माझा एक मित्र नागपुरात आहे, त्याला भेटून बरीच वर्षे झाली.... आता माझ्या भावाचा मुलगा बराच मोठा झाला आहे.... परवा मला पगारही मिळेल..... माझा साहेबही विचित्र माणूस आहे... हे सरकारही कुचकामी आहे.... किती बरे झाले असते मी डॉक्टर असतो तर...” अशा प्रकारचे व्यर्थ संकल्प करणे म्हणजे वेळ फुकट घालविणे होय. अशा वेळी माणसाने बुद्धी परमार्थात किंवा सत्संगात लावावी अर्थात सत्य-स्वरूप परमपिता परमात्म्याच्या

स्मृतीत स्थित करावी. इतर व्यर्थ संकल्प न करता ईश्वरी स्मृतीत मन स्थिर करणे म्हणजेच निस्संकल्प अवस्था करणे वा निस्संकल्प समाधीत स्थिरावणे होय.

५. न्यारेपणाच निस्संकल्पता होय

निस्संकल्पतेचा एक भावार्थ हाही आहे की, माणसाने न्यारा होऊन रहावे. उदाहरणार्थ, समजा कोणाचा मुलगा नीट अभ्यास करित नाही किंवा परीक्षेत नापास झाला आहे हे पाहून तो माणूस रात्रंदिवस या चिंतित पडला आहे की, “याचे काय होणार ? याने मला फार हैराण केले आहे! जन्मताच हा मेला असता तर बरे झाले असते. याला मी खूप बदडेन....” वगैरे वगैरे. उघडच आहे की, अशा प्रकारे चिंता व क्रोधाद्वारे आपलेच आरोग्य बिघडविणे व घराचे वातावरणही अशांत करणे आणि आपला स्वभाव चिडचिडा, उदास व उद्विग्न बनविणे म्हणजे स्वतःच्याच पायांवर स्वतःच कुऱ्हाड मारणे होय. निस्संकल्प माणूस समजतो की, प्रत्येक आत्म्याचे संस्कार कर्म, भाग्य इत्यादी आपापले आहेत, म्हणून हा मुलगा मी सांगूनही अभ्यासाकडे लक्ष देत नसेल तर मी तरी काय करू शकणार ? त्याची कर्मे त्यांच्यापाशी, मी व्यर्थपणे स्वतःला पीडित का करावे ? याला अभ्यासासाठी बद्धा, पुस्तके वगैरे देणे आणि शिक्षणाचे महत्त्व समजावून सांगणे माझे कर्तव्य आहे. पण जर कोण्या पूर्व-कर्माच्या प्रभावामुळे मी काय सांगतो हे त्याच्या लक्षातच येत नसेल तर त्याचे असेच नशीब, असेच भाग्य असेल, यात चिंता करून आपले जीवन बिघडविणे चुकीचे आहे. अशा प्रकारे, तो आप्त-मित्र, देशवासी तसेच समाज आदीविषयी कल्याणकारी हेतूने कर्तव्य निभावतो पण हे सर्व केल्यानंतर निश्चित व निस्संकल्प होतो. या युक्तीमुळे त्याच्या जीवनात सुख-शांतीची वेळ बहरत राहते. तो कधीही शोक, चिंता व अशांतीला बळी पडत नाही उलट सहज समाधीत राहतो. जो माणूस अशा प्रकारे न्यारा वा निस्संकल्प राहत नाही तो परचितन करतो, प्रभू-चितन करित नाही, तो ईश्वराचे स्मरण न करता माणसांचे स्मरण करतो आणि निस्संकल्प समाधीच्या परमसुखाला पारखा होतो.

निस्संकल्प समाधीमुळे होणारे सुख असे आहे की, ज्याच्यापुढे जगातील अमाप खजिनेही तुच्छ आहेत. यापासून माणसाला एक अशा अद्भूत आंतरिक सुखाचा वा आनंदाचा अनुभव होतो ज्याचे वर्णन करता येत नाही.

□ □ □



योगाभ्यासूच्याठी धारणा

योगाचा अभ्यास करणाऱ्या माणसापुढे कित्येक प्रकारच्या परीक्षा किंवा विघ्ने येतात. जर माणसाला खालील गोष्टींत निश्चय असेल किंवा खालील धारणा त्याच्या जीवनात असतील तर त्याला योगात चांगली स्थिती प्राप्त होऊ शकेल.

१. पवित्रता, शांती व परमात्माच खरे आश्रय होत

आज कोणी माणूस स्वतःला हिंदू, कोणी मुसलमान, कोणी ख्रिस्ती आणि कोणी अन्य एखाद्या धर्माचा मानतो, पण योगी पवित्रता व शांतीलाच आपला स्वधर्म निश्चित करतो किंवा 'आदी सनातन' देवी-देवता धर्मालाच आपला धर्म मानून पवित्र, शांत व दैवी-गुणसंपन्न होण्याचा पुरुषार्थ करतो.

ज्ञान-रहित भक्त आपली शास्त्रे, गुरू, कर्मकांड इत्यादींनाच कल्याणकारी समजून त्यांच्यांत गुंतलेला राहतो. पण जो योगाचा अभ्यास करू इच्छितो तो केवळ परमपिता परमात्म्यालाच कल्याणकारी मानून त्याच्यातच आपले मन गुंतवितो. त्याला कर्म-कांड इत्यादीही कुचकामी वाटतात. तो हे सर्व आधार सोडून एक परमपिता परमात्म्याचाच आश्रय घेतो आणि खऱ्या अंतःकरणाने त्यालाच शरण जातो. लौकिक गुरू व पोथ्यांच्या भरंवशावर तो राहत नाही उलट निराकार परमात्म्याच्याच एक बल एक भरंवशावर राहतो, कारण काम, क्रोधादी बलवान विकारांवर विजय प्राप्त करविण्याचे बळ केवळ एक सर्वशक्तिमान परमात्म्यातच आहे, अन्य कोणातही नाही हे तो जाणतो. त्याचे मन इतर सर्वांवरून उडून अत्यंत प्रेमाने एक परमपिता परमात्म्यावर बसते किंवा बसू इच्छिते. तो मन-मत, गुरू-मत इत्यादींच्या तुलनेत एक निराकार परमपिता परमात्म्याचेच मत सर्वश्रेष्ठ असल्याचे निश्चित करतो आणि जगातील लोक मग त्याला कितीही रोखण्याचा व प्रश्न विचारून प्रतिबंध करण्याचा प्रयत्न करीत राहोत, तो मस्त कलंदराप्रमाणे ईश्वराचाच होऊन बसतो.

माणसाच्या या वृत्तीलाच 'सर्वोत्तम संन्यास वृत्ती' म्हणतात कारण भगव्या कपड्यांचे संन्यासी तर केवळ घरदार व वस्त्रांचाच संन्यास करतात, पण पोकळ

पांडित्याने त्यांचा मोह तुटत नाही परंतु खरा संन्यासी आप्तमित्रांच्या समवेत राहूनही ममत्वाचा संन्यास करतो आणि त्याचे मन इतर कोठेही न जाता एकमात्र परमात्म्याकडेच जाते. प्रपंचात राहूनही योगाभ्यास करण्यासाठी अशीच वृत्ती किंवा असाच संन्यास होणे जरूर आहे.

२. परमात्म्याची सत्ययुगी रचना सुखदायी असते

सुख व दुःख दोन्ही परमात्माच देतो असे मिथ्या-ज्ञानी माणूस मानतो पण योगी सदा याच निश्चयात राहतो की, परमात्मा कल्याणकारी, सुखदाता व शांतीदाता आहे, तो दुःखहर्ता आहे, कोणासही दुःख देत नाही. दुःख तर मायेचा किंवा माणसाने स्वतः केलेल्या पापांचाच परिणाम आहे. परमात्मा मुक्ती व जीवन्मुक्तीचा दाता आहे. तोच सद्गतीदाता आहे. हे जे दुःख, दारिद्र्य व दुर्गती ह्यानी परिपूर्ण असे जग आहे त्याचा रचयिता परमपिता परमात्मा नाही उलट तो तर संपूर्ण सुख-शांतीपूर्ण सत्य व त्रेतायुगी जगाचा रचयिता आहे ज्याला 'स्वर्ग', 'जीवन्मुक्त सृष्टी' किंवा 'वैकुंठ' म्हणतात. परमात्मा मनुष्यात्म्यांना दुःखी जगापासून दूर मुक्तिधामात (जेथून ते सर्व येथे आले आहेत) परत घेऊन जातो.

३. भावी किंवा नियतीत निश्चय

अज्ञानी माणूस छोटेसे संकट आल्यावर किंवा कोणतीही विपरीत परिस्थिती उद्भवल्यावर घाबरून जातो. दुःखी व्हावयास लागतो आणि आपला शांतिरूपी स्वधर्म सोडून बसतो पण योग्याचा हा निश्चय दृढ असतो की, मला कर्मच केले पाहिजे, त्याच्या फळासाठी मी व्याकूळ होता कामा नये. योगी जाणतो व मानतो की, भावी बनलेली आहे किंवा या सृष्टीरूपी विराट नाटकाची एक नियती (Pre-ordained plan) आहे, तिच्या अनुसारच सर्वकाही होत आहे, म्हणून चिंता करणे, व्याकूळ वा दुःखी होणे मूर्खपणा होय. तो जाणतो की, परमात्म्याच्याच स्मृतीत राहिल्यास बिघडलेलेही दुरूस्त होते किंवा सहन करण्याची शक्ती मिळते. म्हणून तो व्यथित न होता योगयुक्त होतो. तो 'हाय-हाय' न करता 'हरी-हरी'

करतो, 'मरा-मरा' न म्हणता 'राम-राम' म्हणतो सृष्टीच्या आदी-मध्य- अंताचे रहस्य समजल्याने तो नाराज होत नाही. जो माणूस भावी वा नियतीवर विश्वास ठेवत नाही त्याची अवस्था अडोल होऊ शकत नाही, त्याची समाधी सहज व सुदृढ होऊ शकत नाही, त्याचा योग अतूट व अखंड किंवा निरंतर व निर्विघ्न होऊ शकत नाही. जगाचे कलह-क्लेश किंवा हानी-लाभ, निंदा-स्तुती त्याच्याचकरिता वैशिष्ट्याचे रूप धारण करतात जो या जगाचे विधी-विधान किंवा त्याची भावी वा नियती जाणत नाही. अन्यथा जो भावीवर विश्वास ठेवतो, तो एकरस अवस्थेत राहतो; त्याचे मन योगाच्या सिंहासनावरून कधी खाली उतरत नाही, त्याची निष्ठा कधी भंग पावत नाही. उलट त्याचे मन परमात्म्यावर एकाग्र होते व तसेच राहते.

४. परिवर्तन व परिणाम

योगी जीवनाचा आनंद इच्छिणाऱ्या माणसाचा हा निश्चयही दृढ असावयास हवा की, या जगातील सर्व वस्तू नश्वर आहेत आणि येथील सर्व पदार्थ परिवर्तनीय आहेत. अज्ञानी माणूस ही गोष्ट विसरतो किंवा ती व्यवहारात आणत नाही. म्हणून जेव्हा त्याचा एखादा आप्त किंवा मित्र देहत्याग करतो तेव्हा तो शोक करतो. जेव्हा पैशाचे थोडेफार नुकसान होते तेव्हा तो उदास होतो. तो हे लक्षात ठेवत नाही की, परिवर्तन हे तर या जगाच्या पाना-पानावर लिहिलेले आहे, परिणाम वा विनाश तर इहलोकीच्या कणा-कणात अंकित आहे याचे नावच 'संसार' किंवा 'चालणारे' अथवा 'जगत' अर्थात 'गतिमान' आहे येथील कोणतीही वस्तू जशीच्या तशी उभी नाही उलट सर्वकाही बदलत जात आहे. जो माणूस योगी असतो तो ही गोष्ट लक्षात ठेवतो आणि म्हणून हानी-लाभ किंवा निंदा-स्तुतीच्या परिस्थितीत एकसमान राहतो कारण त्याचा हा दृढ निश्चय असतो की, ही परिस्थितीसुद्धा परिवर्तनाच्या चक्रात येईलच, ही तशीच राहणार नाही. तो जगाला तात्पुरते (परिणामी) व क्षणभंगूर मानून आपले मन अपरिवर्तनीय तथा एकरस परमपिता परमात्म्यावरच एकाग्र करतो आणि स्थायी सुख घेण्याच्या पुरुषार्थास लागतो. तो

वेळ व्यर्थ दवडीत नाही कारण तो जाणतो की, त्याचे शरीरही परिवर्तनशील व तात्पुरतेच (परिणामीच) आहे आणि कोणत्याही वेळी त्याचा अंत होऊ शकतो. म्हणून तो देहान्तापूर्वी परमात्म्याच्या प्रेमाचा किंवा त्याच्याकडून पवित्रतेचा लाभ घेत राहण्याच्या छंदात लागलेला असतो.

अशा रीतीने स्पष्ट आहे की, योगाभ्यासात निश्चयाला फार महत्त्व आहे. माणसाचा जसा निश्चय (faith) असेल तसेच त्याचे रूप (form) असते. अशी एक म्हण आहे. निश्चय-भेद असल्यानेच माणसा-माणसात अथवा देवता-देवतात फरक पडतो. म्हणून गीतेच्या भगवंताचे महावाक्य आहे की, माणसाचा जसा निश्चय असेल, तसाच तो स्वतः असतो. म्हणून वर जी रहस्ये स्पष्ट केली आहेत, त्यानुसार माणूस जर याच निश्चयात स्थित होईल की, "मी आत्मा आहे, त्रैलोक्यनाथ, सर्वशक्तिमान, ज्ञानसागर, शांतिसागर, आनंदसागर, प्रेमसागर, परमपिता परमात्म्याचे संतान आहे, पवित्रता व शांती माझा स्वधर्म आहे, देवी-देवता धर्म अर्थात दिव्य-गुणांची धारणा माझा धर्म (कर्तव्य) आहे आणि हे जग एक परिवर्तीत होत राहणारे एक विराट नाटक आहे जे एक पूर्वनिश्चित भावीनुसार चालूच राहते. मी यात आपली भूमिका करण्यासाठी परमधामाहूनच आलो आहे आणि आता मला तेथेच परतायचे आहे. खरे सुख तर एक परमपिता परमात्म्याच्याच स्मृतीत किंवा त्याने रचलेल्या सत्ययुगी सृष्टीतच आहे आणि योगी जीवनच सर्वश्रेष्ठ आहे..." तर तो योग-स्थित होऊन कालांतरापूर्वी संपूर्ण पवित्रता, शांती व सुख किंवा देवी-देवता पद प्राप्त करून घेतो.



आता भोगीचे कर्मयोगी व्हा !

गृहस्थाश्रमात 'काम' विकारास मुभा आहे असे काही लोक समजतात. ते म्हणतात की, "आता पवित्र राहण्याची आमची अवस्थाच नाही. जेव्हा आम्ही वृद्ध होऊ किंवा संन्यास आश्रमात प्रवेश करू तेव्हा हा विकार आम्ही सोडू. आता हा विकार उपभोगणे हा गृहस्थाचा धर्म आहे. हा निभावलाच पाहिजे अन्यथा लग्न करणे व गृहस्थाश्रमी बनणे याला काही अर्थच नाही. गृहस्थाश्रमात याचा उपभोग घेण्याची आमच्या धर्मशास्त्रांची आणि महात्म्यांची आज्ञा आहे. हो, आम्ही इतर स्त्रियांकडे काही वाईट नजरेने पाहत नाही.

वास्तविक अशा प्रकारची विचारसरणीच चुकीची आहे कारण ज्या गृहस्थाश्रमात काम-भोग आहे त्याला 'आश्रम' हे नाव आपण देऊच शकत नाही कारण 'आश्रम' हे पवित्र स्थानाचे नाव आहे. आज लोकांचे अज्ञान व अपवित्रता यांमुळे 'घर' अलग व 'आश्रम' अलग बनले आहेत ही गोष्ट अलाहिदा.

आजही लग्न झाल्यावर वधू जेव्हा वराच्या घरी येते तेव्हा वराचे आई-वडील म्हणतात, "लक्ष्मी आमच्या घरी आली." पण वर व वधू यांच्या संसारात 'काम' विकाराचा प्रवेश होत असल्याने ते श्रीलक्ष्मी व श्री नारायण यांच्याप्रमाणे पवित्र राहत नाहीत. त्यांच्या आणि श्रीलक्ष्मी व श्री नारायणांच्या संसारात हाच फरक आहे. जर हा फरक नसता तर आज वधू-वर श्रीलक्ष्मी-श्रीनारायण या दंपतीची पूजा का करतात ? म्हणून आता नारीला श्रीलक्ष्मीसमान गुण धारण करावयास हवेत, तिने कुलक्षणी बनता कामा नये. नरालाही नारायण बनावयास हवे, कामायण नव्हे.

'वृद्धावस्थेत आम्ही पवित्र बनू' असा विचार करणेसुद्धा स्वतःला फसविणे होय. विचार करा तर खरा की, आज किती लोक वृद्धावस्थेपर्यंत आपले आयुष्य भोगू शकतात ? अनेक तर तत्पूर्वीच मृत्यू पावतात आणि मग वृद्धावस्थेत पवित्रतेचा (ब्रह्मचर्य) प्रश्नच कोठे उद्भवतो ?

लक्ष देण्याजोगी गोष्ट आहे की, संस्कार दृढ झाल्यावर पुरुषार्थ करणे कठीण जाते. म्हणून वाईटपणा प्रारंभीच मूळापासून उपटण्यातच शहाणपणा आहे. शास्त्रांत केवळ २५ वर्षांपर्यंत ब्रह्मचर्याश्रम निश्चित करण्यात आला आहे असे आज लोक म्हणतात. पण प्रश्न हा आहे की, आज लोक २५ वर्षांपर्यंत पूर्णपणे व मर्यादापूर्ण ब्रह्मचर्य कोठे पाळतात ? याव्यतिरिक्त, शास्त्रवादी स्वतः म्हणतात की, शास्त्रात २५ वर्षांपर्यंतच ब्रह्मचर्यासाठी आज्ञा नाही तर ही आज्ञा आहे की, जर याच्यानंतर ३६ वर्षांपर्यंत कोणी ब्रह्मचर्य पाळू इच्छित असेल तर चांगले आहे आणि त्यानंतर ४८ वर्षांपर्यंत पवित्र राहण्याचे व्रत घेईल तर उत्तमच आहे आणि त्याहीनंतर जर कोणी सारे जीवन ब्रह्मचर्यात व्यतीत करणे इच्छिल तर अत्युत्तम आहे. यावरून स्पष्ट होते की, वास्तविक लक्ष्य तर सारे जीवनच ब्रह्मचर्य पाळणे आहे पण नंतर (द्वापरयुगापासून) माणसांसाठी २५ वर्षे अनिवार्यपणे पूर्ण-ब्रह्मचर्य पाळण्याचा नियम करण्यात आला होता. जर जीवनभर ब्रह्मचर्य पाळण्याचे लक्ष्य समोर नसते तर स्वतः 'महात्मा' लोक सारे जीवन ब्रह्मचर्य-व्रत धारण का करते झाले आणि गृहस्थांना महात्मा न मानता संन्याशांनाच लोक 'महान-आत्मा' का मानू लागले ? तेव्हा, आता जो माणूस गृहस्थाश्रमी असूनही योगी होऊ इच्छित असेल, त्याने काम विकाराचा संन्यास करून भोगीचा योगी बनावे. त्याचा दर्जा घरदार सोडणाऱ्या संन्याशांहूनही श्रेष्ठ राहिल. तेव्हा त्याचा गृहस्थाश्रम संन्यासाश्रमाहूनही उच्च होईल.

आता सृष्टीचा संकट-काळ आहे

शिवाय विशेष गोष्ट ही आहे की, सांप्रत आणिबाणीची वेळ (emergency) असून अणू व हायड्रोजन बॉम्बमुळे सृष्टीच्या महाविनाशाची वेळ जवळ आली आहे आणि पतित-पावन, परमपिता परमात्मा आसुरी गृहस्थाश्रमी, पतित व मर्यादाहीन सृष्टीचा महाविनाश करवून दैवी-मर्यादायुक्त व योगबलपूर्ण पावन सृष्टीची स्थापना करवीत आहे. म्हणून आता महात्म्यांहूनही महान जो परमपवित्र परमात्मा आहे, त्याची आज्ञा आहे की, या अंतीम जन्माच्या बाकी

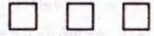
उरलेल्या थोड्या काळात पवित्र रहा अर्थात ब्रह्मचर्यव्रत धारण करा. गृहस्थांच्याकडेही जेव्हा एखादा यज्ञ आरंभितात किंवा त्यांच्या घरी जेव्हा कोणी महात्मा येतो, तेव्हा तेही ब्रह्मचर्यव्रत धारण करतातच. म्हणून आता जेव्हा स्वतः परमपिता शिव परमात्मा या सृष्टीवर अवतरित झाला आहे आणि त्याने येथे गीता-ज्ञान-यज्ञ आरंभिला आहे तेव्हा त्यांची ही आज्ञा (ordinance) आहे की, "जोपर्यंत हा ज्ञानयज्ञ चालू आहे तोपर्यंत पवित्र रहा."

गृहस्थाश्रमी असून 'काम' विकार जिंकणे शक्य आहे का ?

पण हे सर्व ऐकूनही कित्येक लोक म्हणतात की, "अहो, गृहस्थाश्रमात राहून हा काम विकार जिंकणे कसे बरे शक्य आहे ? काम विकार तर स्वाभाविक आहे. स्त्री व पुरुष आग व कापसासमान आहेत. ते एकत्र झाले तर आग अवश्य लागेल. तुपाचा डबा अग्नीजवळ पडलेला असेल तर तूप जरूर वितळेल. म्हणून घरात राहून 'काम' विकार जिंकणे अशक्यच आहे." पण ते विसरतात की, परमपिता परमात्मा शांतीचा सागर आहे, त्याच्या योगाने हा कामाग्नी शांत होतो.

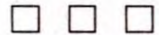
स्वतः लोक रोज गातात की, "मी मूर्ख, खल, कामी कृपा करा स्वामी." उघडच आहे की, परमात्म्याच्या कृपेने पर्वतही राई बनतो. तेव्हा, जो 'काम' विकार आता अजेय वाटतो तो सर्वशक्तिमान परमात्म्याकडून शक्ती प्राप्त केल्यावर जिंकणे सोपे जाते. पण जर कोणी मुलगा म्हणू लागेल की, "रांगणे हे मनुष्यजातीसाठी स्वाभाविक आहे," तर ही त्याच्या बालबुद्धीची चूक आहे. वास्तविक तो मुलगा कोण्या समर्थ माणसाचे बोट पकडून व उभा राहून पायांनी चालणे शिकू शकतो. याचप्रमाणे, परमशिक्षक व परमसद्गुरु परमात्म्याचे ज्ञान व योगरूपी बोट पकडल्यास आपण पवित्रतेच्या मार्गावर चालणे शिकू शकतो, कारण तो एकच सर्वसमर्थ आहे. ऋषी-मुनी, साधू-संत, गुरु-गोसावी आपणास यासाठी योग्य बनवू शकत नाहीत. या 'काम'रूप विषय सागरापासून पार करणारा पतित-पावन तो एक निराकार रामच (शिव परमात्मा) आहे. म्हणून 'नावाडी' (खेवनहार), 'तारक' (तारनहार), 'पतित-पावन' इत्यादी शब्दांनी त्याचेच गुणगान

करण्यात येते. पण आज माणसाने आपली जीवन-नौका रामा ऐवजी कामाच्या हवाली केलेली आहे आणि मग म्हणतो की, “हा विषय सागर पार करणे अशक्य आहे.”



कर्माकडे लक्ष दिल्याशिवाय मन ठीक होऊ शकत नाही

“पवित्र बनण्यासाठी आपल्या कर्माकडे लक्ष दिले पाहिजे. एक म्हणजे गत जन्मांची पापे नष्ट करणे आहे; दुसरे, आता पापांचे खाते अधिकच वाढेल असे कोणतेही कर्म विकारांच्या अधीन होऊन होता कामा नये याकडे लक्ष द्यावयास हवे. मनात विकारांचे वादळ जरूर उठेल पण कर्मांद्वारे कोणतेही पाप आपल्याकडून होऊ देऊ नका. जोपर्यंत कर्मांना आवर घातला जाणार नाही तोपर्यंत मन सरळ होणार नाही. ज्ञान ऐकता ऐकता मन आपोआप साफ होईल आणि विकार नष्ट होत जातील असे समजू नका. छे, छे, कथा-प्रवचने ऐकता ऐकता द्वापर व कलि ही दोन युगे गुजरली पण जीवन काही अजून बदलले नाही. जोपर्यंत कर्माकडे पूर्ण लक्ष दिले जाणार नाही तोपर्यंत मन ठीक होणार नाही. मनावर पूर्वीच पापांचे ओझे चढलेले आहे; जर आताही मनाला वाईट कर्मे करण्यापासून परावृत्त न केल्यास सत्याची शक्ती कशी येईल ? आपल्या जीवनाचा क्षण न क्षण कर्मानुसारच तर चालतो म्हणून कर्माविषयी सावध राहणे अत्यावश्यक आहे. अन्यथा मन आपोआप कसे ठीक होईल ? ज्या पापांमुळे मळ लागलेला आहे, तीच पापे पुन्हा करित बसल्यास मळ निघेल कसा ? कर्मे पवित्र बनविणे हीच तर या काळाची सर्वांत मोठी जबाबदारी आहे.

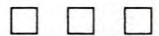


योग कठीण असल्याचा बहाणा व्यर्थ आहे

“माणूस नेहमी सोपे असेल तेच काम करतो असेच दिसून येईल. कठीण कामही कशाही तऱ्हेने सोपे व्हावे म्हणून तो प्रयत्न करतो. पण आज लोक चुकीची समजूत करून बसले आहेत की, परमात्म्याचे स्मरण करणे, त्याच्या स्मृतीत मन एकाग्र करणे फारच कठीण आहे, त्यासाठी हठ-क्रिया कराव्या लागतात, उपवास करावे लागतात, जंगलांत कंदमुळांवर निर्वाह करावा लागतो वगैरे वगैरे. साधू-संतसुद्धा रोज त्यांना आपल्या व्याख्यानात हेच सांगतात की, मन मोठे चंचल आहे म्हणून लोक आज पुरुषार्थ करणे सोडून देतात. ते म्हणतात मन चंचल आहे, ते खरे चंचलच आहे. ते कधी तास-अर्धातास परमात्म्याच्या स्मृतीत बसतातही पण तेव्हा त्यांच्या मनाला आनंदरसाची प्राप्ती काही होत नाही. म्हणून पुढे ते यत्न करण्याचे सोडून देतात. ते म्हणतात की, “कळत नाही मन लागेल की नाही.” म्हणून ते विचार करतात की, डोळे मिटून दोन मिनिटे ईश्वराला हात जोडणेच पुरेसे आहे. पण त्या दोन मिनिटांतही त्याचे मन स्मृतीत स्थितीचा परमानंद घेण्याचे सौभाग्य प्राप्त करू शकत नाही. आता खरे पाहू गेल्यास माणसाची ही अवस्था त्या परमपित्याचा तसेच स्वतःचा यथार्थ परिचय नसल्याने, परमात्म्याच्या स्मृतीत एकाग्रतेच्या बाबतीत साधूंच्या खोट्या कथनांमुळे आणि पुरुषार्थहीन वृत्ती तसेच आळशी स्वभावामुळे झालेली आहे. सांगा बरे, आई आपल्या मुलाला बोलणे शिकविण्यासाठी किती श्रम घेते ? नंतर त्याला चालण्यास व भाषा शिकविण्यास तिला किती परिश्रम करावे लागतात! तेव्हा कोठे त्या मेहनतीमुळे तो मुलगा मोठा होऊन एक मोठा वक्ता (स्पीकर), विचारवंत, विद्वान किंवा गुणी माणूस बनतो. जर पूर्वी त्याच्यावर मेहनत झाली नसती तर तो मुका राहिला असता आणि चालण्याऐवजी सरकत सरकत पुढे गेला असता. म्हणून मुलांचा पूर्ण विकास व्हावा यासाठी लोक प्रयत्न करतात. त्यांची बुद्धी विकसित व्हावी आणि पुढे त्याला आपल्या पायांवर उभे राहणे शक्य व्हावे म्हणून ते त्याला पुस्तके विकत घेऊन देतात. नंतर ते हाही विचार करतात की, त्याला कमाईचेही

एखादे साधन प्राप्त व्हावे. मग त्याला ते एक घरही बांधून देतात या उद्देश्याने की त्याला आपले एखादे ठिकाण असावे व तो कोठे दुःखी होऊ नये. अशा प्रकारे, मुलाच्या जन्मापासून त्याच्यावर किती मेहनत करावी लागते! पण किती आश्चर्याची गोष्ट आहे की, या मेहनतीचा हजारावा किंवा एक लक्षांश हिस्साही माणूस आपले जीवन खऱ्या सुख-शांतीने टवटवीत करण्यासाठी लावत नाही जेणेकरून भविष्यातही त्याला जन्म- जन्मांतरासाठी स्वर्गीय सुख प्राप्त करणे शक्य व्हावे. या पुरुषार्थासाठी मला वेळ नाही किंवा या कार्यास मेहनत करावी लागते असे तो म्हणतो. पण तो हा विचार करित नाही की, प्रत्येक कार्यासाठी मेहनत तर करावीच लागते आणि मेहनतीनंतरच गोड फळ प्राप्त होते आणि ही मेहनत तर अतुलनीय फळ देणारी तसेच फार सोपी आहे; याद्वारे माणूस सदैव सर्वसंपन्न होतो.

पुरुषार्थ करित-करीत माणसाने अग्निबाण (रॉकेट) तयार केले आहेत किंवा अणुशक्ती शोधून काढली आहे. परमात्म्याचे स्मरण करणे कठीण आहे असे म्हणणे म्हणजे पुरुषार्थहीनतेचे व अज्ञानतेचे द्योतक होय. माणसाचे आज जितके नातलग आहेत, त्यांत आणखी एकाची भर पडली तर काय तो त्याचे स्मरण करू शकणार नाही ? एखाद्या मातेला आणखी एक मूल झाले तर ती काय त्याच्यासाठी वेळ नाही काढत ? तेव्हा, वेळ मिळत नाही किंवा स्मरण करू शकत नाही असा बहाणा खोटा आहे. जे लोक म्हणतात की, “मन चंचल आहे, ते एकाग्र होत नाही,” त्यांनी विचार करावयास हवा की, जोपर्यंत हे ज्ञान नसेल की, मन एकाग्र कोठे करावयाचे ते एकाग्र होईलच कसे ? म्हणून आम्ही म्हणतो की, मुलांकडे इतके लक्ष देता, त्यांच्यावर पैसाही खर्च करता पण काही आपलेही भविष्य तर सुधारा, ज्ञान प्राप्त करून मनाच्या खऱ्या शांतीचा उपायही करा.



योगाभ्यासात विकल्प व विघ्न

कित्येक लोक म्हणतात की, “योगाभ्यास करण्याच्या उद्देशानेच आम्ही पहाटे उठून तर बसतो पण मन फार वादळ माजविते. अनेक प्रकारच्या विचारांनी चित्त बेचैन होऊ लागते व अभ्यास करणेच शक्य होत नाही.” ते विचारतात की, “अभ्यासात स्थिरता आणण्याची युक्ती काय आहे ? आमचे जे मायावी संस्कार आम्हास त्यांच्याकडे खेचतात, ते आम्ही कसे हटवावेत ? ईश्वरी स्मृतीत जो आनंद मिळतो व जी शक्ती प्राप्त होते त्याचा स्थायी अनुभव आम्ही कसा मिळवावा ? आमच्या ह्या विकल्पांचे कारण व निवारण काय आहे ?”

गोष्ट ही आहे की, मनाला आपली जी जुनी सवय लागलेली आहे, त्यानुसारच ते चालते. आता त्याला ईश्वरावर एकाग्र करण्यासाठी चार मुख्य गोष्टी लक्षात ठेवाव्यास हव्यात. एक म्हणजे मायावी विकल्प तोपर्यंत येतील जोपर्यंत आपण स्वतःला या मृत्युलोकाचे निवासी समजू. म्हणून युक्ती ही आहे की, आपण या निश्चयात दृढ रहा की, “मी आत्मा परमधामाचा निवासी आहे किंवा परमधामाहून या सृष्टी-मंचावर काही भूमिका ब्रजाविण्यास आलो आहे. बस, मला आता लवकरच येथून परतून त्या ज्योतिलोकात, त्या शांतिधामात, त्या पवित्र पुरीत किंवा त्या प्रभूच्या देशात जावयाचे आहे.” जेव्हा आपण परमधाम अथवा परलोकाच्या स्मृतीत रहाल तेव्हा स्थितीही पारलौकिक वा अलौकिक होईल आणि या कलियुगी मायावी जगाचे विकल्प मनाला सतावणार नाहीत.

दुसरी गोष्ट ही आहे की, माणसाचे ज्या प्रकारचे चिंतन साऱ्या दिवसभरात चालते तश्याच प्रकारचे संकल्प योगाचा विशेष अभ्यास करताना त्याच्या मनात येत राहतात. म्हणून या गोष्टीकडे लक्ष देण्याची आवश्यकता आहे की, दिवसभर हिंडता-फिरताना वारंवार योगाचा अभ्यास करीत रहावयास हवे.

तिसरी एक आवश्यक गोष्ट म्हणजे **मरजीवा** बनल्याविना योगात स्थिती प्राप्त करणे जवळ जवळ अशक्यच आहे. ‘मरजीवा’ बनण्याचा अर्थ आहे जिवंत

असताना 'मरून नवा (आध्यात्मिक) जन्म घेणे.' जेव्हा कोणी मरून दुसऱ्या ठिकाणी जन्म घेतो तेव्हा तो पूर्व-जन्मातील सर्व गोष्टी पार विसरतो आणि नव्या लोकांशी त्याचे नवे संबंध जुळतात. याचप्रमाणे आता आपली विकारी व अज्ञान-काळात केलेली कृत्ये विसरून आणि आपल्या दैहिक नातेवाईकांवरील ममत्वही सोडून परमपिता परमात्म्याशी स्मृतीने नाते जोडणे म्हणजेच 'मरजीवा जन्म' घेणे होय. असा मरजीवा जन्म योगाभ्यासासाठी अत्यावश्यक आहे.

चौथी गोष्ट म्हणजे झाल्या गोष्टी विसरणे, जग मेल्यागत पहाणे हे योगाकांक्षी माणसास आवश्यक आहे. याने त्याचे मन अनासक्त होईल. तो जगात कार्य-व्यवहार करून संसार निभावून का नेईना पण त्यात त्याला रस वाटणार नाही उलट तो स्वतःला परमपिता परमात्म्याचाच एक लहान व भोळा-भाबडा मुलगा मानून सरळ स्वभावाने, ब्रह्मचर्य पाळित, आत्मिक दृष्टी बाळगून वागेल आणि योगावस्थेत आनंद अनुभवेल.

